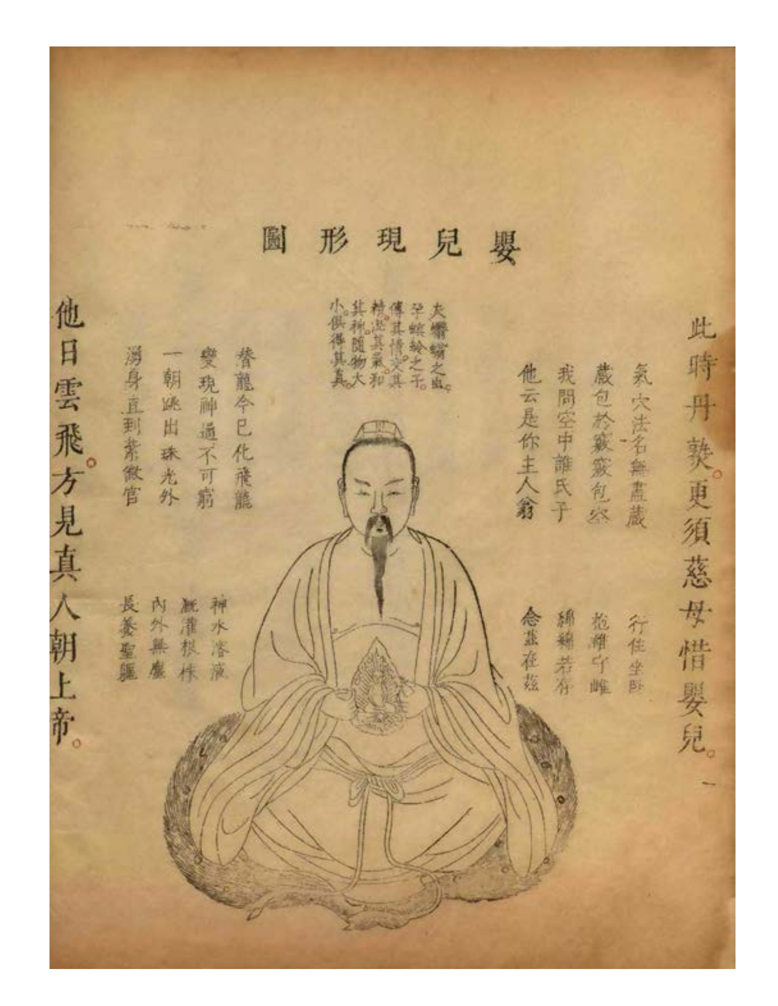
El Secreto de la Flor de Oro



Antecedentes de la disciplina energética en China

Raquel Paricio García / raquelparicio@gmail.com

Parques de Estudio y Reflexión Parc Òdena

Barcelona -Enero 2017

Título

El Secreto de la Flor de Oro.

Antecedentes de la disciplina energética en China

Autoría

Raquel Paricio García

Contacto

raquelparicio@gmail.com

Parques de Estudio y Reflexión PARC ÒDENA

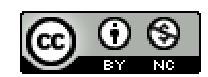
www.parcodena.org

Lugar y Fecha

Barcelona

Enero 2017

Edición



V: 2.0

"…cuando se aplica esta fuerza
es como si en medio del ser
hubiera algo que no-es"

"…cuando se aplica esta fuerza
es como si en medio del no-ser
hubiera algo que es"

Con agradecimiento
a las enseñanzas de todos aquellos
que me precedieron en el camino,
y que compartieron sus comprensiones.

Síntesis

Este estudio analiza el texto "El Secreto de la Flor de Oro", obra procedente de la cultura china, que narra unas prácticas místicas. El texto nos llega de la mano de diversas traducciones. El interés parte de buscar procedimientos históricos que muestren semejanzas con **posibles raíces de la disciplina energética**[1] **y un camino de ascesis,** así como entender la obra en su ámbito mayor cultural, y también en base a una posible raíz mística de acceso a lo Profundo. Se ha hecho un recorrido por numerosas prácticas, pertenecientes a la cultura taoísta y que complementan la del libro estudiado. Se ha tratado de ordenar una secuencia de pasos que pueda sintetizar el proceso y analizar los siguientes aspectos: el **propósito** o interés que guía dichas prácticas; los **procedimientos** o modos de trabajo; el **estilo de vida** que se propone; los **registros** de experiencia que se obtienen y los **significados** o comprensiones que se develan. Las lecturas estudiadas, narran conceptos que impregnan un estilo de vida y una concepción cosmogónica propias de la cultura china. Así tenemos los términos de **Vacío,** del **Uno** y del **Regreso al Origen**. Todo ello nos ha conducido a vislumbrar una cultura donde lo **Inmortal**, ligado al **nacimiento del espíritu,** se muestra como una filosofía de vida. El esquema de análisis utilizado en el trabajo, se expone en la obra Apuntes de Psicología, de Silo[2], un estudio para comprender el funcionamiento del psiquismo humano y los diferentes estados por los que puede transitar la conciencia.

---

[1] Las 4 Disciplinas es un trabajo elaborado por Silo y ofrecido para todo aquel que pudiera estar interesado en un camino de transformación interna.

[2] **SILO**, Apuntes de Psicología.

Índice

Primera parte

Encuadre del estudio

Interés

Se toma el libro *El Secreto de la Flor de Oro* como relato de experiencias que narra procedimientos muy próximos a la disciplina energética. Interesa ampliar comprensiones de ésta, así como un camino de ascesis para obtener acceso a "lo Profundo"[3] y conocer posibles significados que de ello se obtienen. Se trata de fijar un centro de gravedad, que acompañe los trabajos de ascesis, permitiendo nutrirse de otro sistema mental-cultural alejado del propio. Partiendo de un esquema de comprensión inicial, ir profundizando en aquello primordial que devele un real cambio profundo de lo humano.

---

[3] Definiciones de lo Profundo: 1.- "Este yo, suma de sensación y de memoria comienza de pronto a silenciarse, a desestructurarse. Tal cosa es posible porque la memoria puede dejar de entregar datos, y los sentidos (por lo menos externos) pueden también dejar de entregar datos. La conciencia entonces, está en condiciones de encontrarse sin la presencia de ese yo, en una suerte de vacío. En tal situación, es experimentable una actividad mental muy diferente a la habitual. Así como la conciencia se nutre de los impulsos que llegan del intracuerpo, del exterior del cuerpo y de la memoria, también se nutre de impulsos de respuestas que da al mundo (externo e interno) y que realimentan nuevamente la entrada al circuito. Y, por esta vía secundaria, detectamos fenómenos que se producen cuando la conciencia es capaz de internalizarse hacia **"lo profundo"** del espacio de representación. **"Lo profundo"** (también llamado "sí mismo" en alguna corriente psicológica contemporánea), no es exactamente un contenido de conciencia. La conciencia puede llegar a **"lo profundo"** por un especial trabajo de internalización. En esta internalización irrumpe aquello que siempre está escondido, cubierto por el "ruido" de la conciencia. Es en **"lo profundo"** donde se encuentran las experiencias de los espacios y de los tiempos sagrados. En otras palabras, en **"lo profundo"** se encuentra la raíz de toda mística y de todo sentimiento religioso." **SILO,** *Apuntes de psicología.*

Predisposición

> *"Escapar de la caverna, romper la mecanicidad mental que uno no ha escogido. Develar la intención de un Plan, dotar de Sentido la vida de uno, aquí en este espacio y en este tiempo y más allá de él. Hallar el Propósito humano para penetrar en los espacios luminosos."*[4]

El texto *El Secreto de la Flor de Oro*, apareció en nuestras manos en un proceso personal de búsqueda interna. Este libro, junto con el de algunos otros místicos y místicas se convirtió en un objeto preciado en el que buscar respuestas a incógnitas existenciales sobre la naturaleza humana. El título en sí ya le otorgaba un interés enigmático en el sentido esotérico de la palabra, invitando a formar parte de ese secreto y al mismo tiempo ser impregnada por el delicado perfume de la Flor de Oro.

El texto es mencionado en varios lugares de la literatura de Silo. Encontramos un primer apunte en "Cuadernos de Escuela", donde se transcribe un fragmento del capítulo *"El curso circular de la luz"*. En otro escrito, también lo menciona en relación al interés que podría tener encontrar otros muchos textos similares.[5]

El libro, aunque de difícil comprensión si no se coteja con un camino propio de experiencias, se convertía en los inicios de su lectura en una guía de extrañezas, pero sobretodo de registros y comprensiones de las que una anhelaba ser parte. Su estudio nos llevó a ampliar el horizonte y sumergirnos en la cultura originaria que, sin duda, es todo un exotismo para una occidental. Poder penetrar en sus más delicadas expresiones artísticas, donde la poesía, la pintura y los espacios hacen eco de una experiencia de silencio, de vacío.

Las experiencias personales obtenidas en años de sesiones de meditación y muchas prácticas relacionadas con el acceso al mundo interno, nos fueron abriendo las puertas a

[4] Inédito. Notas personales.

[5] **Francisco Granella,** *Investigación de Campo. Raíces de la disciplina energética. India y contrafuertes del Himalaya.* 2005. *p.45.*

incógnitas de las que teníamos sospechas, aunque a veces no fuesen registros claros o certezas, sobre todo en lo referente al gran paso evolutivo de la especie humana. Así que sumergirse en otra cultura, donde ya ancestralmente se trató este enigma, nos ayudaba a seguir reforzando la experiencia para convertirse cada vez más próxima al registro de certeza.

Las frecuentes dudas y preguntas nos remitían siempre a tiempos pasados y a tiempos futuros. ¿Quién fue el primero capaz de generar un sistema de acceso a lo Profundo? ¿Cómo se dio el fenómeno? ¿De dónde surge ese "Ser" misterioso y de qué materia está hecho? ¿Cómo esos Seres pueden viajar en el Tiempo y el Espacio y predecir? ¿Son Seres especiales, puestos en diferentes momentos históricos por algún "Creador" primigenio? ¿Hacia dónde vamos? ¿Cuándo surgirá un cambio evolutivo creciente de la especie? No tenemos grandes respuestas a estos temas, pero mentar en ello nos lleva a una frecuencia de pensamiento que sale del tiempo y espacio cotidianos para ofrecernos el regazo desde donde aprehender experiencias no habituales.

La apertura emotivo-poética es el estado desde el cual hemos tratado de acceder a estas enseñanzas. Acercarse al refinamiento de elementos elaborados por la cultura china nos ayudaba en la labor. Deshacer una pastilla de tinta con un pincel de bambú; fluir el pincel sobre un papel de arroz; saborear el líquido infusionado de las hojas tostadas de té, ofrecido en un ritual donde la precisión del grado de ebullición y demás componentes se convierten en una sutileza; pasear por los jardines que con una destreza sin igual, compaginan la labor del hombre con los elementos naturales en una hermosa construcción de arquitectura y paisajismo; la lectura de numerosos poemas, que a modo de koan[6] dejaban una hebra sin rematar para poder seguir su curso; sus lacas, sedas, jades, inciensos, … y un sinfín de delicadezas que se ofrecen como elementos distintivos del desarrollo de una cultura favoreciendo el tránsito a una conciencia inspirada. A ello se unen los ritos, y prácticas psicocorporales, resonando como válidos procesos de conexión interna.

En el transcurso de las obras estudiadas, iban apareciendo poemas reveladores de una práctica interna; frases inspiradoras, palabras … todas ellas portadoras de una carga que

[6] Koan: acertijo, en apariencia absurdo o indescifrable, planteado inicialmente de maestro a discípulo, cuyo significado vas más allá de su propia expresión literal y que se plantea como un problema a resolver con el interés de trascender condicionamientos mentales.

resonaba abriendo espacios en la imaginación donde se permitía un gran brillo de imágenes. Podemos destacar frases como. “El pabellón del vacío púrpura”; “El cuerpo diamantino”; “La sala púrpura de la ciudad de jade” y un largo etcétera que predisponía a querer vivir en esos espacios luminosos.

No por ello olvidamos los terribles periodos por los que China ha pasado a lo largo de su historia, donde luchas de poder aniquilaban la vida de centenares de miles de personas o destruían todo rastro de una cultura. Pero hemos preferido acercarnos desde el tono constructivo y la posibilidad de avance de futuro, que también ha dejado una huella indeleble.

El mismo transcurrir del estudio nos ha ido alejando de analizar la historia de China del modo que haría un historiador, para acercarnos a aquellos aspectos culturales que ayudasen en la frecuencia que necesitábamos para acompasar el trabajo de una ascesis personal.

Así, la predisposición a envolverse en una cultura del refinamiento, de lo sutil, del tono poético, del equilibrio, del amor por el cuerpo, del despojarse, del “vacío” como norma en cualquier creación, se convertía en un estilo de vida que acompañaba todo el proceso de traer a la luz unas enseñanzas que fueron pasando de lo enigmático a la revelación de un secreto que desprendía su delicada esencia en una eclosión de luz comprensiones y significados.

Metodología

Se parte de tres traducciones diferentes del libro: la de Richard Wilhelm, la de Thomas Cleary y la versión de Pierre Grisón, apoyada en los comentarios de André Préau[7], siendo que unas podían aclarar mejor los conceptos que otras y en especial había más aproximación conceptual a dos de ellas, la de Cleary y la de Pierre Grisón. Estos dos últimos destacan por su acercamiento al tema desde el punto de vista de la práctica mística y la comparación con otras culturas y procesos similares.

[7] Tradujo importantes extractos en *La Fleur d’Or et le Taoïsme sans Tao* (París 1931). Mencionado en: *Tratado de la Flor del Uno Supremo.* Versión anotada por **Pierre Grison.**

Para analizar el texto, se indaga sobre posibles secuencias o pasos que puedan existir en las prácticas que se relatan y se compara con el proceso de la Disciplina Energética. Se tienen en cuenta los siguientes aspectos: el **Propósito** o interés que guía dichas prácticas; los **procedimientos** o modos de trabajo; el **estilo de vida** que se propone; los **registros** de experiencia que se obtienen y los **significados** o comprensiones que se develan.

En el transcurso del estudio se permite que el libro hable por sí solo. Así adquieren relevancia los conceptos de **Vacío, el Uno y el Regreso al Origen.** También nos interesa ahondar sobre conceptos que se apuntan y que nos son próximos, aunque a veces expresados con palabras análogas, así se rescatan fragmentos que mencionan cuestiones similares a **"la implementación del Propósito", "la Luna Negra", "el punto del real despertar", "el nacimiento del espíritu".**

Al ir avanzando el estudio se pudo ver que no sólo se reflejaban unas prácticas que pudiesen ser análogas con los procedimientos de la disciplina, sino que se continuaba con una ascesis que permitiese el acceso a lo Profundo.

Lejos de ser un trabajo de campo, no puede más que limitarse a "interpretar" lo que otros autores han sido capaces de traducir. Aun así, creemos que el trabajo parte de un interés de análisis que no se halla resuelto en otras obras.

Hemos leído literatura, así como visionado obras de arte y construcciones que pudiesen ser reflejo de la cultura china en el periodo de estudio. Aunque se ha intentado centrar alrededor del s. VIII, o anterior, que es cuando podría haberse realizado la primera publicación del texto, es una época difícil para encontrar muestras culturales sin un estudio de campo, así que también nos hemos remitido a periodos más amplios en la historia.

El esquema de análisis del que partíamos se expone en la obra Apuntes de Psicología, de Silo[8], más concretamente en los aspectos que el autor define como conciencia inspirada, donde se encuentran las expresiones de la conciencia mística.

En el Anexo I se incluye un poema, de una de las "Inmortales del s.XIV, Cao Wenyi, que nos parece transmite una experiencia de contacto con lo profundo y develar del Ser.

[8] **SILO**, *Apuntes de psicología.*

Se incluyen en el Anexo III, ilustraciones extraídas del manuscrito original chino: ***"Las doctrinas imperativas sobre la naturaleza humana y la longevidad"***[9]**.** No tenemos la traducción original del texto que las acompaña, así que creemos mejor que el lector las pueda disfrutar sin posibles análisis erróneos, fruto de interpretaciones, que podrían modificar el significado de las mismas. Se han puesto en el mismo orden de avance tal y como las encontramos en el libro, pues creemos están narrando una serie de pasos o registros de experiencias en un acontecer correlativo.

Para entender muchos de los conceptos, se hace imprescindible indagar en el vocabulario específico, que en unos casos se muestra de modo alegórico, en otros como metáforas o simplemente con traducciones propias de la cultura. A tal efecto se ha incluido un breve anexo (Anexo IV) con vocabulario específico. No por ello quedan claras todas las expresiones, además los significados difieren en algunos casos de los diferentes autores y traductores. En la mayor parte de las expresiones no se ha hecho una explicación a modo de diccionario, sino una recopilación de textos encontrados en otras fuentes de consulta, donde se mencionaban los términos referidos.

La Disciplina Energética y la Ascesis

El punto de vista inicial para abordar el estudio parte de conocer de antemano una serie de procedimientos y experiencias en la propia práctica de la Disciplina Energética[10], así como sobre todo, el proceso posterior de Ascesis. A partir de este conocimiento, se coteja con lo que se desarrolla en *El Secreto de la Flor de Oro.*

> *"La disciplina energética, trabaja en la generación, desplazamiento y transformación de la energía psicofísica"*[11].

[9] ***Las doctrinas imperativas sobre la naturaleza humana y la longevidad***. Library of Congress. El manuscrito digitalizado puede encontrarse en red (https://www.wdl.org/es/item/4456/).

[10] **SILO**, *Las 4 Disciplinas.*

[11] Ibíd.

> *"Lo único necesario es hacer girar la Luz: este es el más elevado y magnífico secreto"*[12]

Los principios energéticos se basan en tener energía psicofísica difundida en el propio cuerpo para luego poder concentrarla y requerirla en diferentes puntos de éste. Se trata de adiestrar el proceso de sentirla y poder pasarla por los diferentes plexos nerviosos del cuerpo. Esta energía se expresa como *"quantums de energía"* que provienen de las imágenes (las imágenes pueden ser visuales, olfativas, auditivas o del gusto, es decir, provenientes de sentidos externos, pero también de sentidos internos). Trabajar con la "intensidad" de la imagen (el brillo) será de importancia fundamental para esta disciplina. El adiestramiento de esta energía, permitirá entrar en ciertas franjas, en ciertos mundos, desestabilizando otros a los que uno pudiera estar ligado y permitiendo producirse cosas extraordinarias.

---

[12] **Edición de Pierre Grison**, *Tratado de la Flor de Oro del Uno Supremo.*

Segunda parte

Contexto histórico

Introducción

Algunos autores consideran China como el pueblo más civilizado de la Tierra. Hasta que Europa no lanzó su revolución industrial, ninguna cultura había superado el desarrollo de su tecnología como este país[13]. Analizar el proceso histórico de China se puede hacer desde muchos ángulos de su evolución social, pero en este caso nos ocupan aquellos aspectos que fruto de la inspiración han aportado avances y definiciones claras de una cultura. Pensar en China es adentrarse en su capacidad de invención, en su estética, su refinamiento, en un estilo de vida que correlaciona al hombre con el cosmos y todo acontecer es un fluir de éste. El texto *El Secreto de la Flor de Oro*, contiene unas enseñanzas que proceden tanto de la cultura taoísta, originaria de China, como del budismo chan procedente del sur de la India. El taoísmo se diversificó en numerosas escuelas, que narraban procedimientos y objetivos en ocasiones diferentes. Las prácticas con interés místico que hallamos iban modificándose y donde de ser considerado por algunos un recurso para prolongar la vida física del cuerpo, para otros tuvo diferentes intereses que apuntaban a una inmortalidad del espíritu dada al despertar y no a la conservación de la vida, práctica esta última denominada *"Larga Vida"*.

En el texto se mencionan similitudes o diferencias de los procedimientos con algunos del taoísmo o del budismo, que recogiendo influencias de éstas tradiciones más de la alquimia

[13] Ver cuadros de avances tecnológicos en Oriente comparados con Occidente. Anexo II.

y otras técnicas ancestrales chinas, pudo narrar unos pasos para alcanzar un objetivo. Anterior al taoísmo, hallamos cultos chamánicos, que requerirían un análisis aparte para saber qué posible influencia tuvieron en el desarrollo de éste. Así mismo, algunos estudios relatan que ya en el s.XI a.n.e. se encuentran referencias de la preparación del oro alquímico y el logro de la longevidad-inmortalidad.[14]

Todas las definiciones simbólicas y alegóricas que aparecen en el libro forman parte de la cultura china y así se expresa en innumerables textos históricos, donde se ven reflejadas. Son conceptos muy alejados del sustrato cultural de Occidente, tratar de entenderlo para un occidental, requiere un profundo estudio de mitos, ritos, y comprensión de su cosmogonía.

La cosmovisión china, se erige sobre la premisa de que "*cosmos y hombre obedecen a leyes comunes; que el hombre es un cosmos en pequeño, no separado del gran cosmos. Las mismas leyes rigen en el uno y el otro, y partiendo de un estado se revela el acceso al otro. Psique y cosmos se comportan como mundo interior y mundo exterior.*"[15] Por tal motivo el hombre participa por naturaleza de todo el acontecer cósmico, y está entretejido con él tanto interna como externamente.

Cronología de las dinastías en China

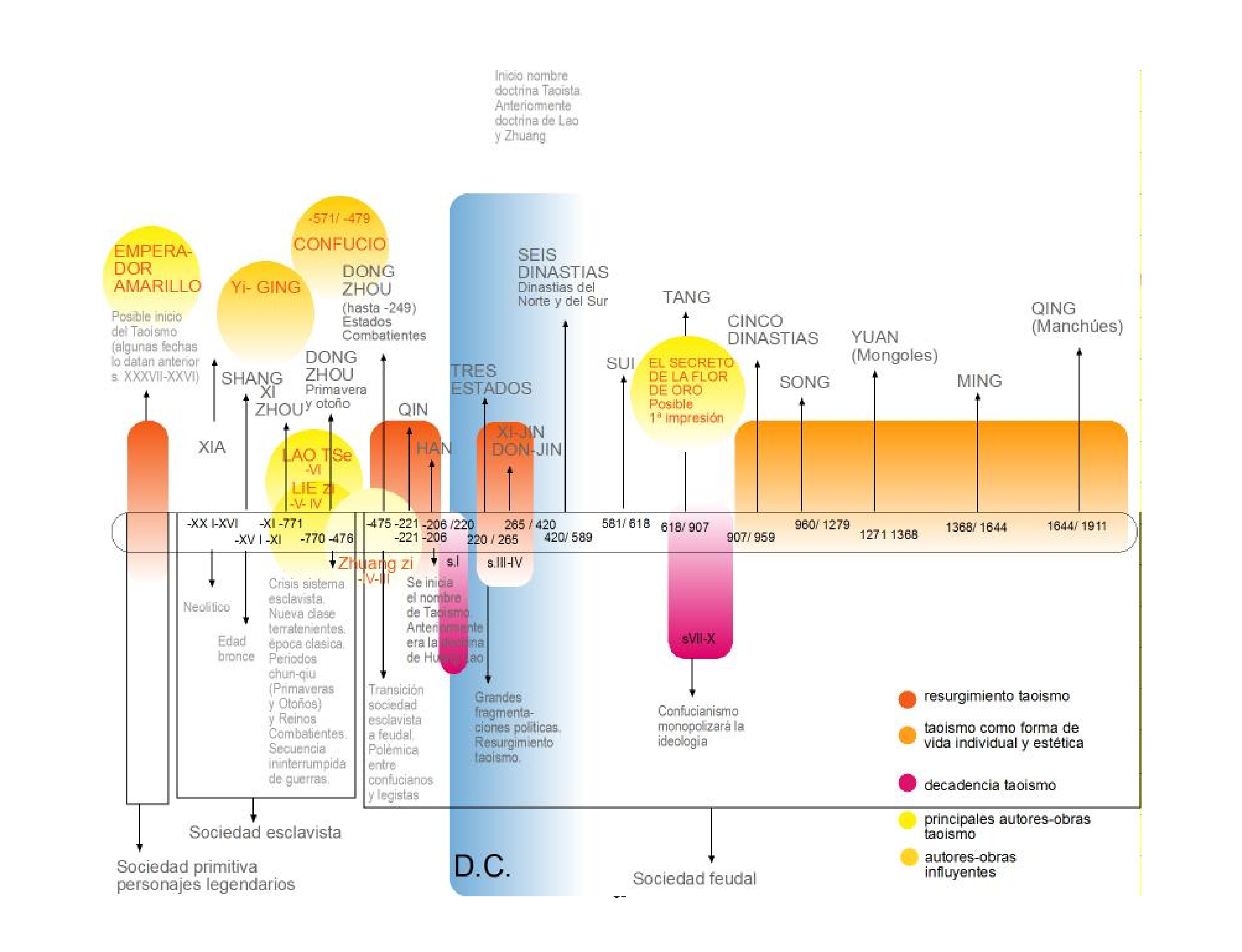
La historia china suele describirse en relación a las diferentes dinastías que han ido conformando las diversas etapas por las que ésta ha pasado. Los datos que se encuentran respecto al libro *El Secreto de la Flor de Oro*, parece que atribuyen su origen a la dinastía Tang (s.VIII), o al menos su versión escrita, pues como ya hemos comentado anteriormente, probablemente el conocimiento de este tipo de práctica era anterior a Lao Tsé.

En el siguiente gráfico se muestra de modo sintético una clasificación de Dinastías, momentos donde resurge el taoísmo; momentos de decadencia; la situación hasta principios del s.XX y autores principales en el taoísmo[16]:

[14] **Gozalo, Eduardo.** *"Antecedentes de la disciplina material en la Antigua China".* Pag 7.

[15] **C.G.Jung-R.Wilhelm,** *El Secreto de la Flor de Oro.*

[16] Datos extraídos en referencia a: **Iñaki Preciado**, *Lie ZI.*



Inicio nombre doctrina Taoista. Anteriormente doctrina de Lao y Zhuang
EMPERA-DOR AMARILLO
Posible inicio del Taoismo (algunas fechas lo datan anterior s. XXXVII-XXVI)
Yi- GING
-571/ -479
CONFUCIO
DONG ZHOU (hasta -249) Estados Combatientes
DONG ZHOU Primavera y otoño
XIA
SHANG
XI ZHOU
LAO TSe -VI
LIE zi -V- IV
Zhuang zi -V-III
QIN
HAN
TRES ESTADOS
XI-JIN DON-JIN
SEIS DINASTIAS Dinastias del Norte y del Sur
SUI
TANG
EL SECRETO DE LA FLOR DE ORO Posible 1ª impresión
CINCO DINASTIAS
SONG
YUAN (Mongoles)
MING
QING (Manchúes)
-XX I-XVI
-XV I -XI
-XI -771
-770 -476
-475 -221
-221 -206
-206 /220
220 / 265
265 / 420
420/ 589
581/ 618
618/ 907
907/ 959
960/ 1279
1271 1368
1368/ 1644
1644/ 1911
s.I
s.III-IV
sVII-X
Neolítico
Edad bronce
Crisis sistema esclavista. Nueva clase terratenientes. época clasica. Periodos chun-qiu (Primaveras y Otoños) y Reinos Combatientes. Secuencia ininterrumpida de guerras.
Transición sociedad esclavista a feudal. Polémica entre confucianos y legistas
Se inicia el nombre de Taoismo. Anteriormente era la doctrina de Huang lao
Grandes fragmenta-ciones politicas. Resurgimiento taoismo.
Confucianismo monopolizará la ideologia
Sociedad primitiva personajes legendarios
Sociedad esclavista
D.C.
Sociedad feudal
resurgimiento taoismo
taoismo como forma de vida individual y estética
decadencia taoismo
principales autores-obras taoismo
autores-obras influyentes

Revisión histórica entorno a la aparición del libro: Las dinastías del Norte y del Sur

Anteriormente a las dinastías Sui y Tang (581-907), posible primera aparición escrita del libro, precedieron las dinastías del Norte y del Sur (317-589), comprendidas dentro de las Seis dinastías de la anterior clasificación. Durante estas dinastías, la situación en China, estaba marcada por una dualidad entre el norte y el sur, considerándose de modo simplificado un norte de carácter bárbaro, con estepas y desiertos y un sur aristocrático, mucho más fértil y con mejor clima. El norte, bañado por el río amarillo y el sur por el río largo o azul. El norte con el fin de defenderse de las incursiones mongolas o manchúes, construye la gran muralla para proteger la frontera. Es una época de guerras, divisiones e inestabilidad, de decadencia y ruptura con las tradiciones heredadas del periodo Han (-206 - + 220).

De este momento histórico se sabe de la propagación de la alquimia en grupos pequeños secretos; de las prácticas en el entorno *taoísta* para prolongar la vida. Es un momento de descubrimientos importantes en otras áreas como el templado del acero.[17] Algunos autores afirman que es en esta época cuando el budismo hace una incursión en el país mezclándose en adelante con la cultura existente, aunque otras fuentes ya hablan de su existencia desde el s.I. o incluso antes. El budismo se extiende en base a los monasterios, dotados de importantes bibliotecas de obras clásicas y religiosas, propiciando centros de enseñanza y saber. Esto seguirá avanzando hasta la persecución del budismo en el siglo IX.

Las dinastías Sui y Tang

Si bien durante la dinastía Sui (581-617) se inicia una reunificación entre el Norte y el Sur acometiendo grandes obras como la construcción del Gran Canal y la construcción de graneros cerca de Luoyang, así como la ampliación de la Gran Muralla, las inundaciones del río Amarillo y los levantamientos campesinos dificultaron mucho la situación.

Durante la dinastía Tang (618-907) se inicia un periodo de consolidación y expansión, dotándola de un prestigio sin igual. En estos momentos el taoísmo pierde protagonismo,

---

[17] **Paloma Fadón Salazar.** *Breve historia de la pintura china.*

para ceder paso al Confucianismo. Durante esta época aparecen actividades comerciales y progresos técnicos como el cultivo del arroz; la industria textil y mercantil de la seda. Por primera y única vez, la mujer adquiere más poder que nunca, alcanzando el título de emperatriz "Zetian". En este período, Luoyang y Xian fueron las dos grandes capitales, siendo la segunda la ciudad más grande del mundo.

Religiones o escuelas de pensamiento: taoísmo y budismo

Concerniente al tema que nos ocupa, podemos decir que las dos religiones o corrientes de pensamiento que existen en la base del libro analizado son el Taoísmo y el Budismo chan. El resurgimiento o decadencia se compaginaba con el Confucianismo.

Taoísmo

Trataremos de aportar brevemente un resumen sobre taoísmo, de aquello que nos permite encuadrar el tema objeto de estudio. Sobre taoísmo hay una cantidad ingente de obras que desarrollan ampliamente el tema.

Los fundamentos de la cultura china se asientan del 403-222 a.n.e., época caracterizada por una gran efervescencia intelectual. Es difícil saber el inicio del taoísmo que junto con el budismo y el confucianismo, forma parte de las "tres enseñanzas de la China" [18]. Algunos estudios atribuyen a esta época su nacimiento, fruto de las graves conmociones que sufrió la sociedad china entre los s.V y III a.n.e., durante la dinastía Zhou. Otros autores lo sitúan entre los s.VII y VI a.n.e., incluso se remontan a la época del Emperador Amarillo, al que los taoístas consideran el verdadero creador de la doctrina y poseedor

[18] **Robinet, Isabelle,** *Lao zi y el Tao.*

del tao[19]. Sus textos se han perdido pero se citan en numerosas obras.[20] **El interés sobre el destino del hombre después de la muerte, empezó a alcanzar una importancia decisiva.**[21] Aunque el taoísmo ha sido un proceso evolutivo, es difícil encontrar un origen y lo que nos llega son fragmentos sueltos que impiden hacer una crónica histórica. Lo que recibe el nombre de taoísmo, reúne diversas corrientes que se imbricaron.

Es durante este periodo, (aproximadamente tres siglos antes de nuestra era), que se encuentran los primeros objetos en tumbas relativos a la búsqueda de la inmortalidad. Según el sinólogo Maspero, el taoísmo podría haber surgido como alternativa a la religión agraria de los reinos combatientes (-475 / -221), periodo de sociedad feudal (hasta 1911) que estaba centrada en la colectividad sin conceder espacio al individuo, mientras que el taoísmo, era la alternativa a una religión personal. Quedó debilitado por la competencia del budismo. En el mundo occidental tuvo una función similar al Orfismo y los Misterios en el mundo helénico.

Según los estudios de Iñaki Preciado, a partir del s.I el taoísmo entra en decadencia, pero es en el s.III, época de gran fragmentación política y crisis ideológicas, cuando de nuevo el taoísmo vuelve a resurgir. El mismo autor comenta que es durante la dinastía Tang que el taoísmo desaparecerá, siendo el confucianismo quien monopolizará la escena de modo oficial, quedando el taoísmo relegado a una forma de vida, una estética, una concepción del mundo, que marcará el alma china hasta hoy.

Hacer una cronología histórica de taoísmo parece imposible, o al menos así lo relatan los historiadores. Hay algunas diferencias en cuanto a los momentos en que el taoísmo cobra fuerza o se desvanece en la sociedad. Pero, independientemente de estas precisiones, sí que podemos elaborar la teoría de que el taoísmo surgió como una serie de prácticas "místicas" que implicaron unos conocimientos internos y un modo de estar en el mundo y que fueron apareciendo y desapareciendo desde probablemente la época del Emperador Amarillo y sobreviven hasta nuestros días.

---

[19] La palabra Tao también se muestra como Dao, siendo el mismo significado. Queda explicado más adelante en el apartado Tao o Dao.

[20] Encontramos un capítulo en Lie zi, con versión en español de Iñaki Preciado.

[21] **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.*

Autores y obras de referencia en el taoísmo

Se sabe de unas 1.500 obras (el número difiere según las fuentes consultadas), representativas de la literatura taoísta y su máxima expresión, que conforman el Canon taoísta. La mayor parte de la literatura de la China antigua ha desaparecido. Los tres autores principales en el taoísmo, son **Lao Tsé (Lao zi), Zhuang (zi) y Lie zi,** que conforman el núcleo principal del pensamiento taoísta. Al Emperador Amarillo se le atribuye ser el creador de la doctrina, pero si bien es muy mencionado en la literatura, sus escritos se han perdido. Por otro lado tenemos la obra del **I Ching (Yi-Ging)**, libro oracular, de adivinación, compuesto durante las dinastías Shang y Zhou, aunque la mayor parte de autores no lo consideran como obra propiamente taoísta.

Lao Tsé,

Se le atribuye la obra el *Tao Te King*[22] (libro de la vida y de la virtud). Fue el patrono de la corriente Huang Lao que se desarrolló durante la dinastía de los Han (s.II a.n.e..- s.II n.e.). Originó el movimiento de los Maestros Celestes, primera forma organizada de la religión taoísta, a través de la cual sentó las bases de un nuevo orden cósmico y político.

El *Tao Te King* se consideraba un manual de conducta, escrito por una figura de un Santo que había dominado las prácticas fisiológicas, transformando su cuerpo, liberándose de los lazos del mundo y accediendo al Tao. Libro compuesto por 81 capítulos, cumpliendo así una cifra sagrada (9x9 ó 3^4).

Parece ser la figura histórica más antigua de los taoístas conocidos. Sin embargo, muy probablemente incluso antes de él, ya se practicó el estilo de vida propio de un perseguidor del tao. Se ha convertido en el patriarca del taoísmo, pues en esa obra se contiene la quintaesencia de la filosofía del tao, de su interpretación del mundo, del hombre, de la sociedad. Al parecer fue el único libro que se salvó de la quema de libros taoístas en 1288, debido a la venganza de budistas y confucianistas por la injerencia del taoísmo en sus dominios[23].

Las prácticas narradas en *El Secreto de la Flor de Oro,* como se ha comentado anteriormente, tienen como precursoras las enseñanzas de Lao Tsé, siendo que los

[22] Tao Te King aparece expresado también como Tao Te y como Daode jin.

[23] **Schipper, Kristofer,** *El cuerpo taoísta.*

principales elementos (a pesar de la posterior mezcla con el budismo chan) de acceso a lo profundo ya se hallan en su obra.[24]

Zhuang zi

La obra, con el mismo nombre de su autor, se remonta a los s. IV y s.III a.n.e., de ella se le atribuyen los siete primeros capítulos. Se considera el primer texto taoísta. Sus narraciones se expresan en muchos casos con alegorías de difícil comprensión. Suelen ser diálogos entre maestro y discípulos y en ellos se trata de explicar la doctrina del Tao. En general se relatan comprensiones, significados, que explicados en modos de historias introducen al lector en una suerte de acertijo. Uno de los más conocidos dice:

> *"Una noche soñé que era una mariposa que revoloteaba contenta de su suerte. Luego desperté siendo Chuang Chu. ¿Quién soy en realidad? ¿Chuang Chu que se imagina que ha sido mariposa? ¿Una mariposa que sueña que es Chuang Chu?"*[25]

Lie zi

Llegada a Europa en el s. XVII por misioneros Jesuitas, sus orígenes podrían remontarse a la época del Zhuang zi, s. IV a.n.e. aunque estudios recientes lo atribuyen a periodos entre el s. V-III a.n.e. Sus apariciones en la historia son el s. III y en el año 732, durante la dinastía Tang, al igual que *El Secreto de la Flor de Oro.* El libro recoge el pensamiento taoísta original de la época Zhan Guo. El libro es una recopilación de historias, que a través de metáforas y alegorías acercan al lector al concepto del tao y su expresión en el vacío:

> "El espíritu entra en su morada,
> el cuerpo retorna a su raíz,
> ¿qué puede ya quedar de mí?"[26]

---

[24] Podemos encontrar un estudio sobre el tema en el trabajo de **Novotni, Hugo,** *La entrada a lo profundo en Lao Tsé.* Centro de Estudios del Parque de Estudio y Reflexión Carcarañá.

[25] *Los diálogos de Chuang Tse.* José J. de Olañeta editor.

[26] **Lie Zi,** *El libro de la perfecta vacuidad. Escribimos el poema (líneas y separaciones) tal y como lo encontramos en el libro.*

I Ching

La obra del I Ching es considerada un manual oracular de adivinación. Escrito en el 1.200 a.n.e. Está compuesto por 64 hexagramas con una disposición binaria. Aunque su mayor difusión, parece haber sido confucianista, los orígenes son atribuidos al taoísmo. El método oracular permite analizar todas las situaciones que pueden presentarse, ello refleja la filosofía propia de la China, basada en el fenómeno del cambio. La realidad no se presenta como estática, sino como un equilibrio dinámico de fuerzas en movimiento y hace ver las situaciones no como hechos consumados sino como procesos fluidos, como mutaciones donde una situación se transforma en otra[27].

Tao o Dao

La palabra Tao, tiene atribuido un sentido de *método, vía que seguir*. A veces lo encontramos expresado como Dao, siendo esta su transcripción fonética en pinyin[28]. Es un vocablo que contiene un amplio concepto sobre el cual en China no ha habido la especulación que en occidente ha provocado el término Dios. Sin duda alguna la traducción de Tao, por los numerosos textos que podemos hallar, se asemeja al concepto mencionado anteriormente de lo **Profundo**. **Al Tao se lo define como sin forma, como lo Uno, vacío, sin tiempo, origen…**

Así, Lao Tsé, en el Tao Te King lo describe del siguiente modo:

> *"Miramos y no vemos nada, lo llamamos lo Invisible.*
> *Escuchamos y no oímos nada, lo llamamos lo Inaudible.*
> *Palpamos y no alcanzamos nada, lo llamamos lo Imperceptible.*
> *Inescrutables las tres cosas y por tanto que se fusionan en su Unidad.*
> *Por arriba no es luminoso, por abajo no es tenebroso.*
> *Continúa sin fin, innombrable, regresando a lo Sin cosa.*

---

[27] "Occidente participó de estas nociones en pensadores como Heráclito, pero adoptó luego la idea de esencias inmutables con Parménides, platón y Aristóteles. Hegel en el s. XIX recogió la filosofía china del cambio". "En Occidente, la tradición hermética procedente de los templos de Egipto y conservada en los misterios de Grecia aceptaba la idea de la armonía cósmica, y algunos filósofos como Pitágoras hablan de la armonía matemática de las cosas, que se percibe como música de las esferas. La idea pervive en la tradición hermética y la encontramos en poetas como Baudelaire, con su idea de las correspondencias, tomada del místico Swedenborg y de los alquimistas". **Luis Racionero,** *Oriente y Occidente.* Pag.62

[28] Deletreo o transcripción fonética del chino.

Eso se llama la Forma de lo Sin forma, la Imagen de lo Sin cosa.

Eso se llama lo indistinto, lo elusivo.

Yendo a su encuentro, no se ve su rostro,

Caminando tras él, no se ve su espalda" (cap. XIV)[29].

El Budismo en China

Se desconoce la fecha exacta en que el budismo penetró en China. Se sabe que en el año 64 ya se conocían algunas leyendas que mencionaban la presencia de algunas comunidades. La penetración de éste en el país aportó sobre todo ciertas prácticas meditativas que al parecer eran menos dificultosas que las del taoísmo.[30]

> *"En el s.I a.n.e. se hallan formas de meditación y prácticas de yoga que ponen de manifiesto una semejanza tan grande con las correspondientes tradiciones en India , que apenas es posible concebirlas como desarrollos que hayan tenido lugar con plena independencia unos de otros."*[31]

> *"El budismo tántrico que llega a China, se altera en su estructura y pega con el taoísmo, produciéndose otro desorden energético. El budismo tántrico tibetano (Vajrayana) tiene gran difusión en el contacto con China."*[32]

Bauer menciona tres periodos budistas en China: un budismo temprano del siglo I al III; un periodo de apogeo budista entre los siglos IV al VII y un budismo tardío.

El apogeo de este se considera entre las dinastías Hang y los Tang, cuando el imperio se encontraba por completo fragmentado, floreciendo así sobre suelo de la experiencia del dolor y del pluralismo.

La escuela de budismo chan, a la que remiten los traductores del texto, está rodeada de muchas leyendas. Parece ser que su objetivo de meditación se basaba en obtener la vacuidad, mediante la aniquilación de todo pensamiento y sentimiento. Su carácter práctico que trascendía la teoría, gozó en China de un poder de atracción muy particular.

---

[29] Traducción encontrada en el libro de **Isabelle Robinet**, *Lao zi y el Tao.* No menciona traductor. La incorporamos por ser más esclarecedora que otras traducciones del Tao Te King.

[30] **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.*

[31] **Bauer, Wolfgang,** *Historia de la filosofía china.*

[32] **G., Francisco,** *Raíces de la Disciplina Energética. India y contrafuertes del Himalaya.*

Es durante los siglos VIII y IX que tuvo su apogeo, su decadencia, y su conversión japonesa como Zen. Ha adquirido una preeminencia mayor que todas las escuelas budistas.

El movimiento contrario al budismo, y al taoísmo, fue el confucianismo, llevando a cabo desde la mitad de la dinastía Tang persecuciones masivas (alrededor de 4.600 monasterios y 40.000 sagrarios fueron destruidos y 260.000 monjes y monjas fueron reducidos al laicado por la fuerza).[33]

[33] **Bauer, Wolfgang,** *Historia de la filosofía china.*

Tercera parte

Prácticas para la inmortalidad

Introducción

En el periodo objeto de estudio, puede rescatarse que **el interés por la inmortalidad impregna el sentimiento profundo de la sociedad china.** La investigación sobre la prolongación de la vida más allá de esta vida, llevará a la concreción de numerosas prácticas que conduzcan a este fin. Sus raíces se manifestarán en acceder a los espacios donde el "yo" no opera, los espacios de lo Profundo, los espacios del Vacío. En el taoísmo se hablará también del acceso al Tao. Son esos lugares donde se tiene acceso a otras comprensiones diferentes a las de la realidad cotidiana. Esos lugares donde se produce el fenómeno de la Iluminación y desde donde se pueden rescatar significados universales. **Es el lugar desde donde aquello denominado "inmortal" puede florecer.**

Cada cultura es portadora de esas prácticas y en cualquiera de ellas, se trata de ubicarse cenestésicamente en un espacio interno del propio cuerpo, *"la cenestesia del corazón, hacia dentro de mis espacios de representación"*[34], sea con el uso de sonidos, imágenes visuales, bailes repetitivos, oraciones, objetos con carga simbólica, etc.

Son numerosas las técnicas que se han encontrado en China, y especialmente en el taoísmo que es en la que mayormente hemos buscado. En este estudio nos limitaremos a mencionar algunas. Se han encontrado prácticas que diferencian el modo de proceder sean hombres o mujeres. Yendo a las raíces, el taoísmo no podría entenderse sin las prácticas

[34] Inédito. **Silo,** *Apuntes de Escuela.*

chamánicas de la que es heredero. Técnicas de éxtasis, exorcismo y búsqueda de la longevidad y la inmortalidad física del cuerpo, se encontraban mezcladas.[35]

> *"La China antigua, como la de hoy, conocía cultos chamánicos bastante próximos tipológicamente a los del Asia central, Mongolia y Siberia…el taoísmo también conoce formas de trance, pero rechaza la posesión del cuerpo por espíritus exteriores".*[36]

Durante la época Han (206 a.n.e. - 220 n.e.) aparecen prácticas de alquimia, prácticas corporales, métodos sexuales o regulación del aliento, destinados a aumentar la vitalidad. Aunque el taoísmo ya había encontrado desde esta época la solución al problema de la Salvación individual, todas las técnicas eran una solución incompleta y complicada, sólo accesible a unos pocos[37]. El taoísmo, al que acudieron todos aquellos a quienes el confucianismo no daba respuesta a sus preguntas sobre el destino, resultó una práctica compleja, frente al budismo, pues su finalidad era la inmortalidad material del cuerpo, no del espíritu, desarrollando así numerosas prácticas de medicina, higiene y alimentación.

> *"Los taoístas recurrieron a ellas porque no encontraron otras ideas en su tiempo que se cuestionaran la existencia de una entidad espiritual capaz de prolongar la vida después de la muerte…"*[38]

Chamanismo

La China antigua conocía muchas categorías de hechiceros y de hechiceras. Según Mircea Elíade[39], sobretodo y en referencia a lo que el taoísmo heredó, cabe resaltar las técnica de éxtasis y del "vuelo mágico", es decir de los viajes del espíritu. Parece ser que eran prácticas que residían sobretodo en mujeres, lo que hace pensar en un posible matriarcado antiguo. La obsesión del vuelo se manifiesta en un sinfín de leyendas relativas a carros y otros procedimientos de locomoción. Los taoístas y alquimistas tenían la posibilidad de subir por los aires y el método clásico de conseguir el éxtasis, desde los tiempos más

---

[35] **Robinet, Isabelle,** *Lao zi y el Tao.*

[36] **Schipper, Kristofer,** *El cuerpo taoísta.*

[37] **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.*

[38] Ibíd.

[39] **Elíade Mircea,** *El Chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis.*

remotos era la danza. Mediante la imitación coreográfica de un animal, o la representación de un baile que representa una ascensión, el alma salía de sí misma y escapaba.

También en dichas danzas se trata de invitar a espíritus a bajar hasta ellas y mantener con ellos una auténtica relación de amor.[40]

Alquimia

Hallamos dos modalidades de alquimia: alquimia externa y alquimia interna. En China, el primer texto alquímico propiamente dicho se encuentra en el s.I d.n.e., pero se encuentran referencias previas, aproximadamente 163-85 a.n.e. En el s.II nació una alquimia que se ocupaba de la transformación de los metales, pero no tanto del alma. Es decir, una alquimia exotérica, a diferencia de una alquimia con intención de transformación interna o esotérica.

Podemos hablar de dos técnicas alquímicas con diferentes objetivos, una más destinada al arte de la transmutación y una segunda que expresaría la parte más mística (de manera parecida a ciertas vertientes de la alquimia alejandrina).

En este estudio estamos tratando de una alquimia con carácter sagrado y ritual que recibirá el nombre de Alquimia Interior. El texto estudiado es un claro ejemplo de una posible metodología de alquimia interna. Históricamente en todas las culturas en las que la alquimia hace presencia, se vincula a una tradición esotérica o mística. En China hace referencia al taoísmo, y concretamente a la noción de la inmortalidad o la larga vida.

> *"Los chinos, que interrelacionaban todas las cosas, descubrieron ciertas afinidades entre los órganos del cuerpo humano y determinadas substancias minerales… El fuego del corazón es rojo como el cinabrio, y el agua de los riñones negra como el plomo"*[41]

> *"Las correspondencias entre la flora de un lugar y los metales que se encuentran en su suelo, todo ello alimentó desde épocas muy tempranas la vida espiritual de*

---

[40] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

[41] **Eliade, Mircea,** *Alquimia asiática.*

un pueblo que a continuación iba a descubrir la alquimia como técnica mística y no como ciencia química."[42]

"Esos metales transcendentes llamados "las almas de los metales" se identifican con determinadas partes del cuerpo humano; por lo que a las experiencias alquímicas se refiere, en lugar de recurrir a instrumentos y substancias de laboratorio, se realizan directamente sobre el cuerpo. Dicho de otra forma, la alquimia se asemeja a la técnica de la meditación, de las purificaciones mentales, de la educación psíquica"[43]

"Creada en un ambiente saturado de lo fantástico, la alquimia extrajo sus elementos de la experiencia fantástica de toda una raza. No es de extrañar, pues, que en ella reaparezcan las mismas preocupaciones "cósmicas", el mismo motivo de la armonía con las normas y el mismo interés por la búsqueda de inmortalidad"[44].

Los órganos del cuerpo (microcosmos) tienen su correspondencia con los cinco elementos de la naturaleza (agua, fuego, tierra, aire, madera) y éstos a su vez tienen sus correspondencias alquímicas, así encontramos numerosas expresiones en el texto que referencian constantemente esta relación, creando alegorías complejas de descifrar:

"El plomo de la región del agua tiene sólo un sabor"

El elemento agua corresponde a los riñones. El agua de los riñones es negra como el plomo. La relación existente entre elemento y órganos vendría a explicar cómo en un cuerpo existen todos los elementos del cosmos y la relación-equilibrio entre ellos revelaría de un modo simplificado, el funcionamiento de éste (esta sería, de un modo muy sintético, la base de la medicina china).

Alquimia Interior

Alquimia Interior, Meditación Interior o *Neiwuan* fueron formas de proceder similares, encuentran su origen en el s.IV, de la mano de personas como Ge Hong, que tan

---

[42] Ibíd.

[43] Ibíd.

[44] Ibíd.

apasionado por la alquimia externa llegó a recorrer todo el sur de China en búsqueda del cinabrio, materia prima indispensable y muy preciada en las prácticas. Pero no es hasta el s. VI que el término alquimia interna aparece, y hasta los s. VIII y IX no aparecen los primeros textos. Se entiende por Alquimia Interior, un proceso de internalización, de trabajo con el propio cuerpo. Destaca como procedimiento la *Visión Interior.*

Las escuelas de alquimia interior retomaron los métodos básicos del taoísmo antiguo, a saber: **retorno de la esencia seminal para reparar el cerebro; técnicas de circulación del aliento vital por el interior del cuerpo; concentración de la relación entre los tres campos de cinabrio (abdomen, corazón y cabeza) y las cinco vísceras; y concentración de la atención en ciertos lugares del cuerpo.** Estos son los principales procedimientos que caracterizan la alquimia interior. En definitiva, una serie de fases para adquirir el Tao que se corresponden con las de la elaboración del oro por parte de los alquimistas.[45]

El término Neiwuan significa iluminar el interior, lo cual se hace volviendo hacia el interior. Los procedimientos de la Visión Interior, consisten en detener la visión exterior para iluminar el interior del cuerpo. En este estado no hay influencia de fenómenos externos, se entra en el dominio del Tao lo que produce la Sabiduría. También la denominan la Luz Celeste[46]. La corriente Neiwuan busca el vacío del espíritu y el corazón y la unión con el Tao. Se culmina con la iluminación y el conocimiento verdadero o conocimiento sin mente.

> *"Cuando ambos ojos contemplan las cosas del mundo, es con visión dirigida hacia fuera. "Si ahora se cierra los ojos y la mirada se revierte, dirige hacia dentro y contempla el espacio de los antepasados. Es el método retrógrado".* [47]

Entre las numerosas prácticas de apoyo que encontramos se relatan:

- Abstinencia de cereales, alquimia externa, recitación de textos canónicos, uso de talismanes.
- Necesidad de intercambio entre yin y yang, que puede producirse con una pareja real, con un ser del mundo divino o directamente en el interior del cuerpo.

---

[45] **Despeux Catherine**, *Taoísmo y alquimia femenina.*

[46] Ver Anexo. Diccionario.

[47] **C.G.Jung-R.Wilhelm,** *El Secreto de la Flor de Oro (pg. 104).*

- Retorno e inversión de la esencia seminal en el hombre y de la sangre menstrual y su sublimación en la mujer.
- Absorción de la energía vital por medio de ejercicios respiratorios.
- Práctica de sentarse en el olvido.
- Prácticas de trasladarse de un lugar a otro concreto sin dejar de estar sentado en meditación[48].
- Vivir en austeridad.

Entre los significados obtenidos, se da gran importancia a los sueños premonitorios. Por otro lado, la escritura inspirada, es considerada crucial, y numerosas recopilaciones de narraciones hacen eco de ello. Tales prácticas se realizaban en un ambiente sagrado donde la tinta, el agua, el pincel y los talismanes, eran objetos sagrados que atraían a las divinidades. En su *"Charla con mi pincel al hilo de los sueños"*, Shen Gua narra con todo lujo de detalles una sesión de escritura inspirada[49]. Donde más se desarrolló este arte, fue en el reino de Chu y las mujeres desempeñaban un papel fundamental.

La alquimia interior se describe como una disciplina fisiológica y mental. En su base están las prácticas con la energía, el aliento y la respiración. Algunos autores relacionan la alquimia interior con las prácticas sexuales de yoga tántrico. Los conceptos básicos que la definen son la respiración embrionaria y el Regreso al Origen o retorno, al caos original.

Respiración embrionaria

La técnica taoísta de la *"respiración embrionaria"* implica el *"regressus ad uterum"*[50]. El adepto trata de imitar la respiración en circuito cerrado del feto. Un célebre dicho taoísta explica el objetivo que se debe alcanzar por medio de ese ejercicio de yoga:

---

[48] Un ejemplo de ello queda narrado en la biografía de un alquimista, Zhang Boduan, alquimista y maestro Chan, s.XI, desafió a otro maestro chan a trasladarse a un lugar concreto sin dejar de estar sentado en meditación. Éste fue el único que lo logró, trayendo una flor de muestra, mientras el otro maestro sólo fue capaz de describir el lugar. **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

[49] Se puede ver en **W.Gootaers**, *"Une séance de espiritisme dans une religión secrète a Pekin en 1948", Mencionado en* **Despeux Catherine**, *Taoísmo y alquimia femenina. p.97.*

[50] **Eliade, Mircea,** *Alquimia asiática.*

"Volviendo a la base, retornando al origen, se ahuyenta la vejez, se retorna al estado fetal"[51].

Otro texto taoísta lo explica de la siguiente manera:

"Justamente por ese motivo, Buda (Yonlai Tathagata), en su gran misericordia, reveló el método del trabajo (alquímico) del fuego y enseñó al hombre a penetrar de nuevo en la matriz, para rehacer su (verdadera) naturaleza y (la plenitud) de su lote de vida."[52]

Según Maspero:

"Es llamada así porque tiende a restituir la respiración del embrión en el seno de la madre."[53]

"La Respiración Embrionaria, a menudo, sólo es el preludio del Empleo del Soplo, es decir, de los distintos procedimientos de circulación del soplo a través del cuerpo. La absorción del soplo, haciéndolo pasar por el esófago en lugar de la tráquea, le permitía franquear la puerta del Origen de la Barrera, y llegar hasta el campo de Cinabrio inferior y al Océano de los Soplos. De ahí era conducido por el canal medular al cerebro, de donde volvía a bajar hacia el pecho. Sólo después de que hubiera acabado ese recorrido por los tres Campos de Cinabrio[54] *se expulsaba muy suavemente por la boca. O bien se dejaba vagar a través del cuerpo sin guiarlo (procedimiento llamado de la Fundición del Soplo). En caso de enfermedad era conducido hacia el lugar enfermo para que lo curara. El trayecto de los tres Campos de Cinabrio por el canal medular no era seguido únicamente por el soplo; algunos lo unían a la Esencia en el Campo de Cinabrio inferior, y los dos juntos eran conducidos al Campo de Cinabrio superior para 'reparar el cerebro'"*[55].

---

[51] Ibíd.

[52] Ibíd.

[53] **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.*

[54] Los campos de cinabrio son los "chacras" o puntos de distribución energética en el cuerpo. En general se describen 6 o 7 a lo largo del cuerpo desde el perineo hasta la coronilla, aunque en estas prácticas se habla de 3.

[55] **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.*

A propósito de las prácticas de respiración, así como de las posturas y ejercicios corporales, encontramos numerosas muestras en todas las culturas:

"Tanto en las prácticas cristianas, como en las musulmanas o en las sufíes por ej., vemos trabajo con energía. Aclaremos esto. Si observamos la postura clásica musulmana, encontramos que la misma postura corporal nos lleva a una respiración alta y a una concentración de sangre en la cabeza. Si a esto agregamos esfuerzo interno al orar lograremos energetizar esa parte del cuerpo al introducir allí mayor trabajo metabólico (mayor oxigenación).

Otro tanto ocurre en la gimnasia cristiana, en la misa o en prácticas de monasterio como las desarrolladas por S. Ignacio de Loyola.

En el caso de los sufíes se trabajó no solo con una postura corporal sino con ejercicios físicos complejos a los que se les agrega ejercicios mentales manteniendo una respiración constante. El ritmo se impone desde afuera. Al ser insuficiente la oxigenación frente al consumo provocado por la motricidad intensa se producen estados de anoxia y consecuentemente falsos estados de iluminación por shokeo.

Entendemos entonces que la postura corporal, respiración, etc. pueden tomarse como base para que la energía (metabolización) se dirija a un punto o a otro del cuerpo. Entendemos también que pueden tomarse como base para transformaciones energéticas.

Dentro del Yoga oriental, clásicamente ubicamos 4 formas. El Hatha Yoga trabaja en base a posturas corporales (asanas) y respiración. Ellos consideran que absorben el prana (energía primordial que está en todo lugar) del aire. Esta idea de la energía vital que hay que absorber y conservar la encontramos en el maná bíblico y se desliza también en el vegetarianismo.

El Karma Yoga es el de la acción sin apego. Trabaja con la no identificación. El bakti Yoga o Yoga devocional tiende a bloquear otros centros en favor del centro emotivo, por medio de cuya energía se trata de conectar con la divinidad. Este Yoga lleva a la clausura y tiene gran similitud con las prácticas de monasterio cristianas.

Todas estas líneas en su trasfondo conectan con el problema de la energía y originalmente con el tantrismo. Los misioneros hindúes llegaron al Tibet llevando el primitivo Tantra Yoga. Allí por el aislamiento geográfico se conservó bastante mientras que en la India el Tantrismo se confunde con otras corrientes dando lugar a diversos Yogas. De todos modos el Yoga Tibetano sufre su propio proceso y degenera."[56]

La Respiración Embrionaria consiste en hacer circular el soplo a través del cuerpo. Se mencionan tres "lugares físicos" en el cuerpo por donde circula el soplo denominados campos de Cinabrio, siendo el Campo de Cinabrio inferior, situado debajo del ombligo donde se hace llegar el soplo del exterior y de ahí se conduce por el canal medular hacia el cerebro (Campo de Cinabrio superior), donde vuelve a bajar hacia el pecho (tercer Campo de Cinabrio). A continuación, se puede expulsar por la boca o puede seguir vagando por el cuerpo o dirigirse hacia alguna zona enferma para sanarla. El soplo puede unirse a la Esencia del Campo de Cinabrio inferior y conducirse juntos hacia el Campo de Cinabrio del cerebro para repararlo.

El arte de la alcoba

En la antigüedad, la vida sexual era considerada en China algo necesario no sólo para el individuo sino para el correcto funcionamiento del universo. Los documentos más antiguos que se han encontrado sobre estas prácticas son anteriores al año 186 a.n.e. y en ellos se narra el modo de mantener el principio vital del que se habla en el arte de la alcoba.[57] Pero pese a estas fechas, las raíces sobre el trabajo con la energía sexual con intereses sagrados, encuentran sus orígenes ya desde el origen de las sociedades, en los principios de la historia. El sexo ha sido el origen de la vida, por tanto no puede entenderse de otro modo que como un generador de experiencia. Los orígenes de la hierogamia, o unión mistica, son fechados, al menos en Occidente desde el Neolítico[58], y se tienen pruebas ya desde la primera civilización, en Sumeria:

---

[56] Inédito. **Van doren, H.** *Cuadernos de escuela.*

[57] **Despeux Catherine**, *Taoísmo y alquimia femenina.*

[58] **Rohn, Karen,** Antecedentes de las raíces de la Disciplina Energética y Ascesis en el Occidente Asia menor, Creta e Islas Egeas.

> "Seguramente se encuentra aquí las raíces de posteriores procedimientos energéticos en otras culturas y épocas en que ese enorme potencial de energía inspirada podía ser direccionado por un propósito de proyección o de introyección para un trabajo de Ascesis."[59]

En ciertas comunidades (por ejemplo en la vía de los Maestros Celestes) las relaciones sexuales eran prácticas con un papel preeminente y donde la mujer tenía una participación fundamental. Se trata de ceremonias llamadas "ritos de paso" o "unión de alientos", fundamentales en las técnicas de larga vida. Encontramos descripciones de prácticas que se realizaban en santuarios con un maestro presente, creando un ámbito sagrado y donde se practicaban visualizaciones como la siguiente:

> *"Que cada uno visualice como sale de su cuerpo por el entrecejo el aliento de su campo de cinabrio situado debajo del ombligo, que es del tamaño de un espejo de seis pulgadas. La luz del aliento aumenta progresivamente hasta iluminar la parte alta de la cabeza y hasta bañar de luz el cuerpo entero, de manera que el adepto discierne con claridad meridiana las cinco vísceras, las seis entrañas, los nueve palacios, las 12 moradas, los cuatro miembros, las articulaciones, los canales, los poros, los alientos defensores y los nutridores, el interior y el exterior de su cuerpo".*[60]

Sobre tales prácticas sexuales, con el fin de alcanzar el tao, o la larga vida, encontramos numerosos relatos, modos de proceder y conductas morales a tener en cuenta. Los falansterios[61] taoístas, resultaron ser refugio para acoger mujeres de baja condición o cortesanas. "La sexualidad permanece, pues, como un centro cardinal del taoísmo, ya sea bajo la forma de promiscuidad y de orgías colectivas, o de lazos matrimoniales codificados, o de celibato y de unión imaginaria de un ser humano con una divinidad".[62] Sobre estas uniones divinas, ya encontramos referencias anteriores en la china de

[59] **John, Madeleine,** *La hierogamia en Sumeria.*

[60] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

[61] Comunidades. Monasterios.

[62] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

tradición chamánica donde se habla de invitar en las danzas rituales a espíritus a bajar hasta ellas y mantener con ellos una auténtica relación de amor.[63]

En un texto donde se narran episodios de la vida de Sun Bu'er (una de las más reconocidas taoístas inmortales, s. XII), se cuenta un episodio en el que Wang Chongysng visita el dormitorio de Sun:

> *"Sentada en silencio, le estáis dando la espalda al horno de las transformaciones. Vuestro aliento se evapora, reseco. Una mujer sin marido es una mujer descontenta. Un hombre sin compañera es un hombre afligido…"*[64]

En los textos tradicionales sobre técnicas sexuales, se desvela como estas prácticas sirven para nutrir la energía. Así en el "*Su Nu King*"[65] encontramos:

> *"El Emperador Amarillo preguntó a Sunü: "Siento una insuficiencia de energía y una desarmonía del cuerpo, estoy triste y a menudo tengo miedo, ¿qué podría hacer?"*

A tal pregunta, Sunü relata un texto en respuesta sobre el arte de la unión entre hombre y mujer con tal de reforzar la energía para conseguir larga vida.

La mujer en las prácticas

La presencia de la mujer en las prácticas del taoísmo es mínima. La sociedad tradicional china no ofrecía la posibilidad de acceder a la mujer a una educación y aprendizaje de la cultura escrita. En el libro de Catherine Despeux[66] encontramos ampliamente detallado el papel de la mujer en el taoísmo y la alquimia interna.

Tal y como la autora relata, además de las comunidades, con mucho peso, que recogían a mujeres en condiciones de exclusión, también existían comunidades pequeñas donde la mujer podía ejercer las prácticas de un modo en el que compaginase su labor de esposa y

---

[63] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

[64] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

[65] El tao del amor el sexo y la larga vida. Nos hemos referenciado de la traducción española, aunque el mismo prólogo recomienda la traducción francesa por ser más amplia en notas: "Su Nu King. La sexualité taoiste de la chine ancienne".Paris 1978.

[66] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

madre: “*Es sosteniendo la escoba y el soplillo, en su hogar, donde la mujer realiza las transmutaciones alquímicas*”. Es bajo este precepto que la mujer se convierte en “purificadora”, eliminadora de impurezas. A pesar de estos condicionamientos sociales, los textos hablan de la mujer como dotada de esa matriz generadora que no posee el hombre y que por tanto le permite acceder antes a la generación del embrión. También se la considera mediadora de la revelación de los textos que contienen las enseñanzas y gracias a su relación con lo divino, capaces de realizar la obra alquímica con soltura.

Cuarta parte

El Secreto de la Flor de Oro. Una práctica para la inmortalidad

Introducción

El Secreto de la Flor de Oro es una obra de autoría desconocida, aunque atribuida a Lü Dsu[67], el más conocido de los ocho inmortales[68], considerado el antepasado inmediato de la Escuela Completamente Real de Taoísmo, una de las sectas taoístas más influyentes que emergieron bajo la dinastía Song (s.X-XII) en China. En Europa, la primera versión llega por la traducción de Richard Wilhelm en 1929. A posteriori aparece la versión de Thomas Cleary, que nos parece más acertada en los comentarios, así como la comentada por Pierre Grison, apoyada en la traducción de André Préau. Según el Tratado del Hui-Ming Ching[69] (Cultivar la energía de la vida), *El Secreto de la Flor de Oro*, era una parte de este tratado, y la fuente original de donde surgió tanto la traducción de Wilhelm, como la de Cleary, ambas muy poco aceptadas por la traductora al inglés del original, Eva Wong, al considerarlas poco próximas a una visión espiritual e ignorar influencias básicas como la de la Escuela Taoísta de la Realidad Absoluta, el chan (zen) y el budismo Hua-yen, así como la secta Wu-Liu. En otra fuente[70] encontramos que era una de las 23 obras

---

[67] También llamado Liu Tsu, Liu Yen, Lu Yan, Yan, Liu Tong Pin, Lü Dongbin.

[68] Los ocho inmortales: grupo de deidades de la mitología china practicantes de las técnicas de alquimia y métodos de la inmortalidad.

[69] **Liu Hua-Yang**, *Cultivar la energía de la vida (El tratado del Hui-Ming Ching).*

[70] **Despeux Catherine**, Taoísmo y alquimia femenina.

sobre alquimia interior, recopiladas en una antología que reúne los textos más antiguos, la Continuación del Canon Taoísta (Daozang xubian), que se remonta a finales del s. XVIII - principios del s.XIX. Esta recopilación fue editada en 1834 en la Montaña Jingai, lugar donde se producían con frecuencia las apariciones de Lü Dongbin. El texto, de acceso restringido en sus orígenes a una élite por su carácter secreto, se transmitió inicialmente vía oral, remontándose la versión escrita, probablemente a la época Tang (618-907), durante el s.VIII, o incluso anteriormente al período de las Seis Dinastías (420-581). Datos del propio texto, ya apuntan que las técnicas empleadas se conocían desde la época de Lao Tsé[71], y seguramente eran muy anteriores a éste[72] si tomamos como precursor al Emperador Amarillo, figura enigmática, que algunos estudiosos datan anterior al s.XX a.n.e., considerada probablemente el primer taoísta del que se tienen datos.

Si damos por hecho que estas prácticas provienen al menos del s.VI a.n.e., al atribuirlas a la época de Lao Tsé[73], un elemento interesante a investigar es ver en qué periodos estas enseñanzas salen de nuevo a la luz, cobran un renovado interés y cuáles son las circunstancias para que esto suceda. Lo que hasta el momento hemos rastreado es una primera aparición en la época de las seis dinastías con su primera impresión en xilografías; posteriormente en la época Tang y después durante el periodo Ming. Al respecto los diferentes traductores hacen diversas dataciones históricas[74].

El texto se encuadra en la cultura taoísta, pero con claras influencias de otras tradiciones presentes en China y cuyos procedimientos pertenecen a prácticas autóctonas del taoísmo, así como a la influencia que aportó el budismo Vajrayana (concretamente la traducción de Thomas Cleary habla de budismo chan, una escuela del budismo Vajrayana). Cleary habla de una no correcta atribución taoísta frente a un budismo chan. Otros autores

[71] ¿Cuándo fue revelada la expresión "curso circular de la luz"? fue revelada por los "verdaderos hombres del comienzo de la forma" (Guan Yin Hi) (Un discípulo de Lao Tsé). **C.G.Jung/ R. Wilhelm.** *El Secreto de la Flor de Oro.*

72 "La doctrina del Tao es muy anterior a Lao Tsé y Confucio (ambos vivieron en el s.VI a.C.). Existen rudimentos de estas ideas en el origen de la cultura Hoang Ho. Por otra parte en el I Ching o Libro de las Transformaciones (posiblemente anterior al s. X a.C.), se recoge aquellos elementos que luego serán un antecedente importante en la elaboración del Confucianismo y el Tao Te …." **Silo.** *"Mitos raíces universales"*. Notas a los mitos chinos. Pag 212.

[73] Lao Tsé, también conocido como Lao zi.

[74] Se recomienda el estudio de Pierre Grison, en la editorial José J. de Olañeta.

mencionan una clara mezcla entre taoísmo y budismo. El budismo penetró en China alrededor del s.I. Estudiar las implicaciones que hubo al mezclarse ambas tradiciones también requeriría un análisis más profundo que ahora nos desviaría del tema clave. Muy probablemente, de la enseñanza original, nos han llegado fragmentos reinterpretados. La divulgación del libro, según explica en su prólogo Wilhelm, se produjo en un momento donde surge un nuevo despertar de corrientes religiosas, debido a las apremiantes circunstancias sociales del momento.

Los trabajos relatados en el texto se basan en ejercicios de yoga chino. Estamos refiriéndonos a lo que en China se denomina "Alquimia Interior". Como se ha visto en el apartado anterior, son prácticas que tratan de preservar la energía interna o el "álito" interno, para poder circularlo por el cuerpo y conducirlo a los "campos" que se consideran fundamentales.

En síntesis, la descripción de ejercicios y experiencias que se relatan en el libro podría resumirse del siguiente modo:

El proceso narra el método del "curso circular de la luz". Propone "silenciar la mente" y atendiendo a la respiración, acompasándola con el latir del corazón y así llegar a la calma y al no escuchar. Ubicarse en un lugar entre ambos ojos, y allí esperar la creación de un "embrión" y cuerpo espiritual que saliendo por la coronilla se unirá al Tao o principio cósmico. En ese estado se destaca la técnica del no actuar consciente. Para llegar a él se narran diversos momentos.

El modo de describir el "curso circular de la Luz"[75], queda poco definido. Puede hacer referencia a la práctica de concentrar la energía para luego refinarla haciéndola cada vez más sutil en un recorrido que va desde el bajo vientre o el sacro hasta la cabeza en un circuito de ascenso y descenso, una órbita. Pero esta técnica se narra en los comentarios a la obra en sí. Si atendemos a la misma obra, se puede observar que el procedimiento encamina la energía hasta un punto entre ambos ojos y allí propone esperar.

[75] Ver Anexo. Diccionario.

Etapas en el Secreto de la Flor de Oro y en la disciplina energética.

El texto estudiado plantea una "guía espiritual", unas enseñanzas que proponen un tratado útil para estudiar posibles orígenes de las prácticas energéticas y un proceso de ascesis mística. La estructuración del libro no presenta una clasificación por fases o transcurso lineal. Sólo encontramos una posible narración en el pie de foto de cada ilustración. Ha sido la necesidad de darle un orden comprensible la que nos ha llevado a estructurar el texto. También porque en ese desorden se intuye que unos pasos llevan a otros. Paralelamente encontramos que el proceso de pasos narrados en la disciplina energética es muy similar.

A modo de resumen, y ciñéndonos al texto, se podría decir que las etapas y la evolución que se describen en el proceso serían las siguientes:

Etapas en El Secreto de la Flor de Oro

Rescatamos cuatro etapas en el proceso. El proceso consiste en acumular energía para subirla por el cuerpo desde el plexo sexual hasta la cima. Entrar en el vacío y allí esperar el nacimiento del nuevo ser.

Etapa 1

Interés por el que se realiza el trabajo (Propósito). Lo define como alcanzar la inmortalidad a través de un cuerpo de espíritu. Etapa de recolección de la Luz.

Etapa 2

Trabajo con la energía interna. Menciona iniciarse en una postura cómoda y calma y utilizar la respiración o la mirada a un punto fijo para "concentrar los pensamientos" (lo entendemos como reducción del foco atencional). Habla de internalizar la mirada, de suprimir los sentidos, de concentrarse en un punto entre ambos ojos. Refinar la energía y hacerla circular por el cuerpo. Conseguir que el cuerpo permanezca como madera seca y el corazón como cenizas enfriadas. Hacer vacío el corazón.

Llegar a la fuerza y preservar la fuerza. En este punto no confundir la fuerza con la "caverna de la fantasía".

El trabajo con la energía consiste en hacerla circular por el cuerpo, en una suerte de órbita que va desde el sacro, a la cima y desciende hacia abajo pasando por el plexo solar. También lo describe de otro modo, llevando la energía hasta un punto entre los dos ojos y allí detenerse y dejar suceder.

Etapa 3

Aquí se mencionan diversidad de registros confirmativos como lucidez, felicidad, supresión de sentidos, liviandad, iluminación…

Nacimiento de la perla-simiente o del embrión y concentrarla en el espacio vacío, arriba entre los ojos.

En este punto se pierde la identidad del yo para pasar a sentirse uno más. ("*cuando uno ha entrado en el estado de meditación, los dioses están en el valle. Se oye hablar a los hombres como a una distancia de algunos cientos de pasos, a cada uno de ellos clara e individualmente. Pero las voces suenan todas como un eco en un valle. Se los oye siempre, uno nunca se oye a sí mismo*").

Todo dentro y fuera es igualmente lúcido, como si uno estuviese en una nube.

El cuerpo se vuelve brillante.

Etapa 4

Adquisición de los significados. Obtención del animus[76]. Llegada a un lugar que no está en ninguna parte. Diferente percepción del espacio-tiempo. Contemplación de la ilusión. Diferencia entre el ánima y el animus[77]; del vacío se recibe el animus, la fuerza de lo ligero y puro; existencia de un cuerpo más allá del cuerpo físico; se habla de una tierra que no está en ninguna parte, como la verdadera tierra, espacio y tiempo son inmedibles, ahí todo es como un instante; se contempla todo como ilusión. En este punto uno se pone al servicio del "Señor".

[76] Ver Anexo. Diccionario.

[77] Ver Anexo. Diccionario.

Etapas en la Disciplina Energética

Por su lado, la Disciplina Energética se desarrolla en 12 pasos estructurados en 3 cuaternas, cada una de ellas dividida en 4 pasos. El trabajo que propone, se sintetiza en disponer de cierta energía, que acumulándose en el centro sexual pueda subirse hasta la cúspide, la cabeza, pasando y registrando cada uno de los plexos nerviosos por donde circula. El trabajo se inicia con la creación de un ámbito adecuado para uno donde llevar las prácticas. En la vida cotidiana se tratará de mantenerse en conciencia de sí. El objetivo final será producir una ruptura de nivel, y proyectar o introyectar un Propósito personal. Se proponen tres etapas o cuaternas.

Etapa 1

Creación energética: en esta fase se propone crear y direccionar la energía. Detectar la energía en el plexo sexual y de ahí subirla plexo por plexo, sintiendo el paso de ésta por cada uno, hasta la cúspide.

Etapa 2

Consolidación energética: en esta fase se trata de trabajar una sensibilización energética, investigar en las fuentes que generan la sensación y su traducción en energía psicofísica. Se tratará de mantener la energía en la cúspide hasta que se vaya desvaneciendo. Esta fase tiene la peculiaridad de trabajar con sensaciones, sin traducción en imágenes. Sensaciones puras.

Etapa 3

Disposición energética: en esta fase se trabaja con el Propósito de lo que se quiere conseguir, para producir una proyección o una introyección de éste. La atención no se focalizará en este Propósito, que actuará en copresencia, tampoco en las imágenes que se traducen, como resultado de una divagación mecánica, sino que la atención se focaliza en el “punto de control” situado en la cúspide. En esta fase se sienten los fenómenos de la Fuerza, de la circulación de la Luz, y ruptura de nivel, energetizándose todo el cuerpo y poniéndolo en situación radiante.

Quinta parte

Análisis por capítulos de El Secreto de la Flor de Oro. Propósito, procedimientos, registros, estilo de vida, significados

Introducción

En la lectura y estudio del texto se pudo observar que todo lo que en él se explica responde a un guion que desarrolla los aspectos concernientes a: el **Propósito** o interés que conduce todo el trabajo; los **procedimientos** y prácticas que se usan para conseguir alcanzar dicho propósito; los **registros** de experiencia que se obtienen en el camino; el **estilo de vida** que se aconseja para "vivir" en dicho propósito; y los **significados** que se revelan.

La estructuración del libro no presenta esta clasificación por etapas o transcurso lineal. Ha sido la necesidad de darle un orden comprensible, basado en las propias prácticas lo que nos ha llevado a estructurar el texto desde estos parámetros, resultando además ser una guía que se encuentra en el mismo y que no deja nada fuera del mismo.

Propósito

El propósito describe el interés que tiene el practicante en hacer el trabajo.

> *"Con respecto al Propósito, se debe considerar a éste como la dirección de todo el proceso, pero sin que ocupe el foco atencional. Estamos diciendo que el*

Propósito debe ser "grabado" con suficiente carga afectiva, como para operar en copresencia mientras la atención está ocupada en la suspensión del yo y en los pasos posteriores. Esta preparación condiciona todo el trabajo posterior. En cuanto a la energía psicofísica necesaria para el mantenimiento de la atención en un interesante nivel de concentración, el principal impulso proviene del interés que forma parte del Propósito. Al comprobar la falta de potencia y permanencia, se debe revisar la preparación que se ha hecho del Propósito".[78]

Según el texto *El Secreto de la Flor de Oro*, **el propósito que guía el trabajo es alcanzar un cuerpo inmortal o la vida eterna.** Menciona que el trabajo conduce a nacer "aparte del cuerpo otro cuerpo de espíritu". También se menciona **alcanzar el Uno, el Tao, el Vacío. Descubrir el lugar, la morada, la sala, donde esto sucede.**

Textos que narran el propósito

Capítulo I

- *alcanzar el UNO ("si el hombre alcanza ese Uno se vivifica; si lo pierde muere")*
- *"crear un cuerpo inmortal"*
- *hacer manifiesto el Corazón Celestial*[79] *("El corazón Celestial es la morada, la Luz es el amo de la Morada") Se halla en el rostro entre ambos ojos ("En la sala purpúrea de la Ciudad de jade mora el dios del vacío y la vitalidad extremos")*[80]
- *búsqueda de la vida eterna ("quien busca la vida eterna debe buscar el lugar donde surge originalmente la esencia y la vida")*

Capítulo II

- *"asir el espíritu primordial" (Cleary lo denomina espíritu original y espíritu consciente)*
- *"producir un espíritu inmortal y un hombre santo y eternamente viviente"*

Capítulo III

[78] **SILO**, *Apuntes de psicología.*

[79] Ver Anexo. Diccionario.

[80] Ver Anexo. Diccionario.

- *la inmortalidad. Vencer al mundo*
- *“alcanzar la amplitud del Cielo y la profundidad del mar”*

Capítulo VIII

- *“producir lo vacío”*
- *“las tres religiones todas concuerdan en la proposición una, encontrar el Elixir espiritual, para pasar de la muerte a la vida”*
- *“hacer vacío el corazón”*

Procedimientos

En este apartado se describen los métodos que se usan para alcanzar el propósito mencionado. Es el camino, es la guía metodológica, la práctica que se pone en marcha para tomarla de un modo constante, como una disciplina repetitiva de aprendizaje.

> *“Se requiere una conciencia despejada de fatiga y una mínima educación de la reducción del foco atencional sobre un solo objeto. Continuar en la profundización de la suspensión hasta lograr el registro de "vacío", significa que nada debe aparecer como representación, ni como registro de sensaciones internas. No puede, ni debe, haber registro de esa situación mental”*[81]

En el texto *El Secreto de la Flor de Oro* se describe una práctica de atender a la respiración y un modo de colocar la mirada, más internalizada, mirar en “contemplación” **o con una mirada interna** (Lao Tsé). Se menciona como procedimiento el Trabajo del **curso circular de la Luz y el movimiento retrógrado**[82]**. Se narra un proceso de refinar la energía de lo basto a lo fino, preservarla y ponerla en curso circular, concentrándose en un punto entre ambos ojos.** Se definen lugares concretos del cuerpo donde fijar la atención en el procedimiento. Se utiliza como procedimiento la acción para llegar a la no-acción, el dejar suceder (Wu-Wei).

---

[81] **SILO**, Apuntes de psicología.

[82] Ver Anexo. Diccionario.

Menciona llegar a la fuerza y preservar la fuerza, aplicar el método para crear un cuerpo inmortal. **El cuerpo inmortal se traduce como semilla, embrión o perla al que se nutre; como "animus" frente a "anima".** Se insiste en la actitud durante la práctica meditativa de ***"anular los cinco sentidos"*** y **enredos cotidianos, así como el cuerpo y el corazón, para hacer vivir al espíritu:** *"al comienzo del Trabajo uno debe sentarse en una habitación tranquila, que el cuerpo sea como madera seca, que el corazón sea como cenizas enfriadas".*

Diferencia el espacio de la fuerza, de la caverna de la fantasía o los deseos ilusorios. **Hacer vacío el corazón. El movimiento circular consiste en hacer circular *"el álito"*, *"la fuerza"*, desde el sacro hasta la cabeza, por la espalda y luego hacerla descender por delante atendiendo al plexo solar y *"lo caliente"*.**

Textos que narran procedimientos

Capítulo I

- *curso circular de la Luz a través del movimiento retrógrado*
- *"utilizar la acción para llegar a la no-acción".*
- *"preservar esta legítima fuerza….y aplicar luego el método para crear un cuerpo inmortal "fundiendo y mezclando"*[83].
- *"el Corazón Celestial se halla entre el Sol y la Luna (es decir entre ambos ojos)." La recomendación es utilizarlo como lugar donde concentrar los pensamientos para proceder al curso circular de la Luz.*
- *obrar consciente, que consiste en poner la Luz en curso circular. Nacimiento del embrión que debe ser desarrollado mediante el Trabajo de calentar, nutrir, bañar y lavar.*
- *disminuir el ánima, completar el animus. El curso circular de la Luz es el medio para conseguirlo y para retornar a lo Creativo.*[84]

[83] Ver Anexo. Diccionario.

[84] Ver Anexo. Diccionario.

Capítulo II

- *"Poner la luz en curso circular".*
- *"Ambos ojos ponen la Luz en curso circular, como dos ministros, a la derecha y a la izquierda, que con toda su fuerza apoyan al soberano[85]".*
- *Mediante el curso circular de la Luz es producida la concentración del animus... el espíritu, método de los antiguos para escapar del mundo, consistía justamente en fundir perfectamente la escoria de lo oscuro para retornar a lo Creativo puro.*
- *A modo metafórico se dice: "El escarabajo rueda su bola, y en la bola nace la vida como efecto del trabajo indiviso de su concentración espiritual. Ahora bien, si aun en el estiércol puede nacer un embrión que muda sus cáscaras, ¿cómo no podría, si concentramos en ello el espíritu, engendrar también un cuerpo la morada de nuestro Corazón Celestial?".*
- *"El aprendiz, empero, debe saber destilar completamente el ánima oscura, de manera que se transforme en Pura Luz (yang).*
- *Se describen 4 métodos de proceso para renacer al campo espiritual. A este paso se le denomina "el séxtuple genio", pues el "quíntuple genio" está limitado al campo de los cinco sentidos, en consecuencia, hallase aún prisionero en este lado".*
- *Cuando se ejercita el curso circular de la Luz se debe olvidar tanto cuerpo como corazón. El corazón debe morir, el espíritu vivir.*

Capítulo III

- *"Dejar correr la Luz en círculo"[86].*
- *La irradiación y dispersión de la conciencia espiritual se pone en marcha principalmente cuando está dirigida hacia afuera (fluye hacia abajo). Por lo tanto, el Sentido de la Flor de Oro reposa sobre el método retrógrado[87].*
- *"Estar completamente tranquilo para esperarla" (se refiere a la perla-simiente).*
- *"Concentrar arriba en el ojo la flor-simiente del cuerpo humano, esta es la gran clave del cuerpo humano".*

---

[85] Ver Anexo. Diccionario.

[86] Ver Anexo. Diccionario.

[87] Ver Anexo. Diccionario.

- *"La flor-simiente del cuerpo del hombre debe concentrarse hacia arriba en el espacio vacío." Esto se relaciona con aquello. En esa frase está incluida la inmortalidad, y también incluido el vencer al mundo.*
- *"Avanzar de lo manifiesto a lo profundo, de lo basto a lo fino. Todo depende de que no haya ninguna interrupción. Principio y fin del Trabajo deben ser uno. Entre medio hay momentos más fríos y más cálidos".*
- *Contemplación: descripción de tres terminologías por diferentes maestros, pero con un mismo significado:*

  Kungtsé: "El conocer lleva a la meta"

  Sakya: "La vista del Corazón"

  Lao Tsé: "Ver interno"[88]

- *Observar la punta de la nariz con el objetivo de que sea sólo una directriz, para no mirar solo al exterior y dispersarse o sólo al interior y ensoñar…"*
- *"mientras el ojo mira la punta de la nariz los pensamientos han de concentrarse sobre el centro amarillo"*[89]*.* 50
- *"La contemplación fijativa es indispensable, produce la consolidación de la iluminación".*
- *"Queremos poner en reposo los estados del corazón, eso es la correcta contemplación".*
- *"al comienzo del Trabajo uno debe sentarse en una habitación tranquila, que el cuerpo sea como madera seca, que el corazón sea como cenizas enfriadas…"*
- *Si uno solamente fija los pensamientos a ambos ojos, pero no cristaliza el espíritu en el plexo solar (en el centro medio de las condiciones) es como si uno hubiera subido al atrio, pero aún no entrado al aposento interno. Entonces no nacerá el fuego-espíritu, la fuerza permanece fría, y difícilmente se manifestará entonces el verdadero fruto.*

Capítulo IV

- *"hacer rítmica la respiración".*

---

[88] Ver Anexo. Diccionario.

[89] Ver Anexo. Diccionario.

- *Descartar las fantasías.*
- *"El ojo mira sólo hacia adentro y no hacia fuera". Experimentar lucidez sin mirar hacia fuera, eso quiere decir mirar hacia dentro; no se trata de un real mirar hacia dentro".*
- *"El oído escucha sólo hacia dentro, sin escuchar hacia fuera. Sentir lucidez sin escuchar hacia fuera, eso quiere decir escuchar hacia dentro; no se trata de un real escuchar hacia dentro. En este oír se oye solamente que no existe ningún sonido; en este ver se ve solamente que no existe ninguna figura".*
- *"…se influyen recíprocamente corazón y fuerza respiratoria".*
- *"poner de lado todos los enredos, y sentarse enteramente calmo por un tiempo".*

Capítulo V

- *Postura cómoda, calma.*
- *La fuerza y el corazón se corresponden uno a otro.*
- *Poner de lado todos los enredos.*
- *No dirigir los pensamientos a la ejecución correcta, …la correcta ejecución está en el medio entre ser y no-ser.*

- *No dejarse caer en el mundo fascinante.*
- *No entrar en el mundo de los deseos ilusorios.*
- *Llegar al espacio de la fuerza y no a la caverna de la fantasía (mundo de los demonios).*

Capítulo VIII

- *"en el no-obrar el obrar".*
- *"que uno domine completamente cuerpo y corazón, que uno sea enteramente libre y reposado, deje partir todos los enredos".*
- *"¿En qué consiste este Elixir espiritual? Significa: permanecer siempre en lo sin finalidad. El secreto profundo del baño, que es el más profundo de nuestra enseñanza, es limitado de este modo al Trabajo de hacer vacío el corazón. Con ello se tranquiliza el corazón. Lo que aquí he revelado con una palabra es el fruto de fatigosa labor".*
- *Se describen tres contemplaciones: Vacío, ilusión y centro.*

- *“El camino conduce desde el sacro hacia arriba en forma retrógrada, hasta la cima de o Creativo; luego va hacia abajo a través de ambos pisos en forma directa, al plexo solar y lo caliente”.*

Registros

Los registros hacen referencia a los indicadores de los fenómenos estudiados por el observador, eliminando subjetivismos. aquello que se “captura”, sea con la sensación del límite cenestésico táctil, con los sentidos internos. Hablamos de registros directos, indirectos y traducidos. Para uno son experiencias, indicadores, certezas que irrumpen en nosotros”[90]/[91]

El Secreto de la Flor de Oro define los siguientes registros: **vencer tiempo y espacio**, **fortificación de la Luz en un cuerpo espiritual**; superar pulsiones y movimientos; se habla de “un castillo primordial”, creación de algo que no estaba; **nacimiento de un punto de Luz y de la perla-simiente; entendimiento, claridad, discernimiento, iluminación; supresión sentidos; lucidez; sensación de sentirse como un árbol seco ante la roca; gran alegría; luz; no hay ruidos de uno mismo; lucidez como si se estuviese en una nube; no hay percepción del cuerpo; el cuerpo se siente brillante; se flota hacia arriba; liviandad; contemplación del vacío; contemplación de la ilusión.**

Se describe un espacio entre ambos ojos como lugar donde concentrar los pensamientos y como lugar donde vive el espíritu primordial y el brillo de la Luz, también lo define

[90] La entrada a los estados profundos ocurre desde la suspensión del yo. Ya desde esa suspensión, se producen registros significativos de "conciencia lúcida" y comprensión de las propias limitaciones mentales, lo que constituye un gran avance.

“Hemos mencionado estructuras de conciencia a las que llamamos "conciencia inspirada" y las hemos mostrado en grandes campos conocidos como la Filosofía, la Ciencia, el Arte y la Mística. Pero en la vida cotidiana, la conciencia inspirada actúa con frecuencia en las intuiciones o en las inspiraciones de la vigilia, del semisueño y el sueño paradojal. Ejemplos cotidianos de inspiración son los del "pálpito", del enamoramiento, de la comprensión súbita de situaciones complejas y de resolución instantánea de problemas que perturbaron durante mucho tiempo al sujeto. Estos casos no garantizan el acierto, la verdad, o la coincidencia del fenómeno respecto a su objeto, pero los registros de "certeza" que los acompañan, son de gran importancia”. **SILO**, *Apuntes de psicología.*

[91] Ver “Registro” de **Fernando García** en *Terminología de Escuela*.

como un espacio vacío. Lo compara con el brillo del sol[92]. La Luz no está sólo en el cuerpo, tampoco sólo fuera del cuerpo. Se acompasa el ritmo de la respiración con el corazón. Más allá del cuerpo hay otro cuerpo. Define un espacio de la fuerza en el plexo solar. Habla de aposentos internos, describiendo así el espacio como una casa, de oro amarillo[93] y peldaños de jade blanco[94], con una terraza sobre la cual nace el Buda. Se siente la gran Tierra como un mundo de lucidez y el cuerpo se siente íntegro, firme y fuerte. Nace de la nada la Flor de Oro del Gran Uno[95] Hay tres experiencias confirmativas:

> 1.-**la primea es el olvido del yo** (*"las voces suenan todas como eco en un valle…uno nunca se oye a sí mismo"*. Llegado a este punto se menciona la iluminación.
>
> 2.- **la luz aparece en el vacío.**
>
> 3.- **el cuerpo se torna brillante y se siente la sensación de flotar.**

Como registros erróneos, se habla de llegar a lo "espíritus zorras", donde a pesar de que coinciden visiones con el camino correcto, son caminos erróneos. Estos caminos erróneos se reconocen.

Textos que narran registros

Capítulo I

- *"El Corazón Celestial se halla entre el Sol y la Luna (es decir entre ambos ojos)." La recomendación es utilizarlo como lugar donde concentrar los pensamientos para proceder al curso circular de la Luz.*

Capítulo II

- *"Sólo el espíritu primordial y la verdadera esencia vencen tiempo y espacio"*.

---

[92] Ver Anexo. Diccionario.

[93] Ver Anexo. Diccionario.

[94] Ver Anexo. Diccionario.

[95] Ver Anexo. Diccionario.

- *"Lo mejor es cuando la Luz se ha fortificado ya en un cuerpo espiritual y su fuerza vital traspasado paulatinamente las pulsiones y movimientos".*
- *Cuando el espíritu primordial logra fortificar y preservar el castillo primordial, es como un soberano vigoroso y sabio que se sienta en el trono.*
- *Cuando el espíritu viva, la respiración comenzará de manera prodigiosa a girar.*
- *La versión de Cleary añade: "Persistid simplemente en este método y el agua de la vitalidad existirá en abundancia, el fuego del espíritu se inflamará, la tierra de la atención se estabilizará y, así, podrá solidificarse el embrión de la sabiduría".*

Capítulo III

- *"Cuando se comienza a aplicar esta magia es como si en medio del ser hubiera algo que no es; si entonces, con el tiempo, el Trabajo finaliza y más allá del cuerpo existe un cuerpo, es como si en medio del no-ser hubiera algo que es."*
- *"La Luz no está solo en el cuerpo, tampoco está empero (sólo) fuera del cuerpo. Montañas y ríos y la gran Tierra son iluminados por Sol y Luna: todo esto es esa Luz".*
- *"Después de cien días nace por sí mismo en medio de la Luz un punto del auténtico polo de Luz (yang). De repente nace entonces la Perla simiente. Entonces se debe estar totalmente tranquilo, para esperarla.*
- *"Entendimiento y claridad, discernimiento e iluminación, y todos los movimientos (del espíritu) son igualmente todos esta Luz".*

Capítulo IV

- *"Lo que uno oye es justamente que no tiene ningún sonido…entonces entra en manifestación la respiración, y la figura del corazón se puede hacer consciente".*
- *"De golpe se queda tan quedo (el corazón) que cesa".*
- *"Cuando el corazón es fino, la respiración es fina…cuando la respiración es fina, el corazón es fino".*
- *"La gallina puede empollar sus huevos porque su corazón siempre oye".*
- *Experimentar lucidez.*

Capítulo V

- *"Estado donde uno se sienta como un árbol seco ante la roca".*

- *"En el mejor caso se llega al Cielo[96], en el peor a los espíritus-zorras. Tal espíritu-zorra por cierto también es capaz de manifestarse en célebres cadenas de montañas[97], de gozar del viento y la Luna, de flores y frutas, de tener su alegría en árboles de coral y hierbas de joyas. Pero, después que se ha manifestado de este modo durante trescientos a quinientos años, o en el mayor de los casos, después de algunos miles de años, su recompensa está terminada y nace otra vez en el mundo del desasosiego. Todo eso son caminos erróneos. Cuando se conoce el camino erróneo, entonces se puede indagar los signos confirmativos."*
- *"Al meditar se debe tener una suerte de intuición especial para que uno sienta aunarse fuerza y respiración en el campo del Elixir, que comience a agitarse apagadamente una cálida liberación perteneciente a la verdadera Luz; entonces se ha encontrado el espacio correcto."*

Capítulo VI

- *Sensación de una gran alegría (comienza a despuntar la Flor de Oro).*
- *"…todas las aberturas están quietas y la Luna de plata[98] está en medio del Cielo y tiene uno el sentimiento de que esta gran Tierra es un mundo de Luz y lucidez (la Flor de Oro se abre).*
- *"Se siente el cuerpo íntegro, firme y fuerte, de modo que no teme tormenta ni escarcha" (La flor de Oro se cristaliza).*
- *"no me pueden turbar la lucidez del espíritu simiente cuando tropiezo con ellas".*
- *Hay tres experiencias confirmativas:*

1. *Presencia de los dioses en el valle:*
   "cuando uno ha entrado en el estado de meditación, los dioses están en el valle. Se oye hablar a los hombres como a una distancia de algunos cientos de pasos, a cada uno de ellos clara e individualmente. Pero las voces suenan todas como un eco en un valle. Se los oye siempre, uno nunca se oye a sí mismo".
2. *En el aposento vacío se hace la lucidez:*

[96] Ver Anexo. Diccionario.

[97] Ver Anexo. Diccionario.

“así que se está en reposo, comienza a alzarse en llamas la Luz de los ojos, de modo que delante de uno todo se torna enteramente lúcido, como si se estuviera en una nube. Si se abre los ojos y uno busca su cuerpo, no se lo encuentra más”.

- *“Nace una alta terraza y sobre ella aparece, con el correr del tiempo, el Buda”.*
- *“el cuerpo carnal se torna enteramente brillante, como seda o jade. El sentarse resulta difícil, se siente uno tirado hacia arriba... Con el tiempo se puede vivenciar que realmente uno flota hacia arriba”.*

Capítulo VIII

- *“Entonces se ilumina con ambos ojos la casa de lo Abismal”*[99].
- *“Cuando ahora la Luz circulante brilla hacia dentro, no se torna dependiente de las cosas, y la fuerza de lo oscuro queda limitada y la Flor de Oro ilumina concentradamente. Esto es entonces la Luz polar concentrada. Lo emparentado se atrae”.*
- *“De este modo, la línea polar-luminosa de lo Abismal puja hacia arriba. Esto no es solamente lo luminoso en el abismo, sino que es Luz creativa que se encuentra con Luz creativa”.*
- *“Se siente lucidez e infinitud. El cuerpo íntegro se siente liviano y quisiera volar. Éste es el estado del que se dice: las nubes colman las mil montañas. El pulso se detiene y la respiración cesa”.*
- *“Entre las tres contemplaciones viene como primera el vacío. Se observan todas las cosas como vacías. Luego sigue la ilusión”.*

- *Cuando el aprendiz deja adherir en medio de la caverna de la fuerza el espíritu cristalizado, y al mismo tiempo deja reinar la tranquilidad extrema, nace en la oscura tiniebla un algo de la nada, es decir, aparece la Flor de Oro del Gran Uno.*

Estilo de vida

El estilo de vida es la actitud o modo de operar en la vida cotidiana y que no puede desligarse del conjunto de trabajos en la vía ascética para que todo camine en la misma

[99] Ver Anexo. Diccionario.

dirección. Es una actitud que acompaña al practicante y que se extiende en todas las acciones y ámbitos de su vida. En los textos a veces se expresa como recomendaciones que se sugieren practicar y que de algún modo son el complemento que opera en la vida cotidiana y que prepara para la práctica de meditación. El estilo de vida está ligado al Propósito.

En el libro podemos ver los siguientes consejos que se proponen para el estilo de vida: **no tener deseos, ni aspiraciones ni fantasías; no abandonar la vocación; cuidar la conducta en el mundo; vivir al unísono con el mundo y con la luz. Se habla de la diferencia entre la buena acción en vida para cuando llegue la muerte frente a una vida de codicia, deseo, placer, locura. Llevar en armonía la conducta en el mundo con la luz siendo así uno distinto, pero igual.**

Textos que narran el estilo de vida

Capítulo II

- *"La fuerza del espíritu de quien en general ha hecho lo bueno es pura y clara cuando llega a la muerte. Sale por las aberturas superiores, boca y nariz, la pura y ligera fuerza del aire sube y flota hacia el Cielo, y se convierte en el quíntuple genio-sombra presente, o espíritu-sombra".*
- *Pero cuando el espíritu primordial fue utilizado por el espíritu consciente durante la vida para la codicia, locura, deseo y placer, y ha hecho todos los pecados posibles, la fuerza del espíritu está entonces, en el instante de la muerte, turbia y confusa, y el espíritu consciente sale, junto con el aire, por la puerta del vientre a través de las aberturas inferiores.*

Capítulo III

- *"Por concentración de los pensamientos se puede volar, por concentración de los deseos, se cae".*

Capítulo IV

- *"Hacerse consciente de la distracción, tal es el mecanismo que conduce a la supresión de la distracción".*

- *“Diariamente hacemos innumerables aspiraciones y tenemos, de igual manera, innumerables fantasías. Y así se escurre la claridad del espíritu, como se deseca la madera y muere la ceniza”.*

Capítulo VII

- *“Cuando se logra paulatinamente poner en marcha el curso circular de la Luz, no debe uno con ello renunciar a su ordinaria vocación”.*
- *“El método viviente del curso circular de la Luz justamente tiene el sentido de vivir en mezcla con el mundo y no obstante al unísono con la Luz”* .
- *“Cuando se está continuamente, en la vida ordinaria, en estado de reaccionar ante las cosas sólo por reflejos, sin ninguna intromisión de un pensamiento sobre los otros o sobre sí, esto es un curso circular de la Luz resultante de las circunstancias”.*
- *“Cuando por la mañana puede uno liberarse de toda complicación y meditar de una a dos horas dobles, y luego puede orientarse en todas las ocupaciones y frente a todas las cosas externas con un método reflejo puramente objetivo, cuando se prosigue esto sin ninguna interrupción, después de dos o tres meses vienen del Cielo todos los Consumados y santifican tal conducta”.*

Significados

Los significados son las traducciones de estados internos que suceden cuando se ha conseguido hacer suspensión y supresión de los sentidos, cuando se consigue entrar en el “vacío”. No son imágenes. De algún modo necesitamos traducirlos. Se registran con los sentidos “internos”, cenestésicos[100]. No son ni visuales ni auditivos, ni olfativos. Se rescatan de memoria. Pueden expresarse por alegorías, por símbolos, a nivel de comprensiones que se traducen cuando se vuelve al estado de conciencia en vigilia[101].

---

[100] “Los significados son registros cenestésicos (sentido interno), si no, no se podría hablar de ellos. No son visuales, auditivos, olfativos, no conectan con ningún sentido externo y se rescatan de memoria. (Las interpretaciones son posteriores). Diferente a la conceptualización de esos registros que se configuran como Mito”. **SILO.** *Apuntes completos de escuela.*

[101] “El rescate de los significados inspiradores, de los sentidos profundos que están más allá de los mecanismos y las configuraciones de conciencia, se hace desde mi yo cuando éste retoma su trabajo vigílico normal. Estamos hablando de “traducciones” de impulsos profundos, que llegan a mi intracuerpo durante el sueño profundo, o de impulsos que llegan a mi conciencia en un tipo de percepción diferente

Según *El Secreto de la Flor de Oro*, podemos rescatar los siguientes significados: **vencer tiempo y espacio; diferencia entre el ánima[102] y el animus[103]; del vacío se recibe el animus, la fuerza de lo ligero y puro; No hay sonidos, no hay figuras. Espacio incorpóreo; existencia de un cuerpo más allá del cuerpo físico; se habla de una tierra que no está en ninguna parte, como la verdadera tierra, espacio y tiempo son inmedibles, ahí todo es como un instante; se contempla todo como ilusión: el vacío y el Centro. Ahora nos ponemos al servicio del "Señor".**

Textos que narran significados

Capítulo II

- *"Sólo el espíritu primordial y la verdadera esencia vencen tiempo y espacio".*
- *El animus: "Es de la naturaleza de lo luminoso. Es la fuerza de lo ligero y puro. Es lo que hemos recibido del gran vacío".*

Capítulo III

- *En medio del ser hay algo que no es...en medio del no-ser hay algo que es.*
- *Más allá del cuerpo existe un cuerpo, es como si en medio del no-ser hubiera algo que es.*
- *"En medio del primordial devenir está el brillo de la Luz (yang Guang), lo decisivo. En el mundo físico es el Sol, en el hombre es el ojo.*
- *"La liberación está en el ojo".*
- *"El despertar del espíritu se cumple porque, en primer lugar, el corazón ha muerto".*

Capítulo IV

- *"En este oír se oye solamente que no existe ningún sonido; en este ver se ve solamente que no existe ninguna figura".*

---

a las conocidas en el momento de "regreso" a la vigilia normal. No podemos hablar de ese mundo porque no tenemos registro durante la eliminación del yo, solamente contamos con las "reminiscencias" de ese mundo, como nos comentara Platón en sus mitos". **SILO**, *Apuntes de psicología.*

[102] Ver Anexo. Diccionario.

[103] Ver Anexo. Diccionario.

Capítulo VI

- *“Oro amarillo llena la casa, jade blanco forma los peldaños”.*
- *“El frágil cuerpo carnal es oro vano y piedra preciosa”.*
- *“El Sol se hunde en la gran agua y surgen mágicas imágenes de árboles en filas”. “El ocaso del Sol significa que el cimiento es puesto en el caos (el mundo antes de la manifestación, el mundo inteligible)”.*

Capítulo VIII

- *"Cuatro palabras cristalizan el espíritu en el espacio de la fuerza.*
  En el sexto mes se ve de repente volar nieve blanca. A la tercera guardia se ve el disco del Sol radiar cegadoramente. En el agua sopla el viento de la amabilidad. Peregrinando por el Cielo, se come la fuerza del espíritu de lo Receptivo. Y el secreto aún más profundo del secreto:
  La tierra que no está en ninguna parte, ésta es la verdadera patria..."

- *En la primera fase “hemos actuado desde fuera sobre lo interno, ahora permanecemos en el centro y dominamos lo externo” Hasta aquí era un servicio para ayuda del Señor, ahora es una propagación de los mandatos de este señor.”*
- *Cuando entonces llegan deseos de quietud, no surge un solo pensamiento; el que mira hacia dentro olvida de repente que mira. Para ese tiempo cuerpo y corazón deben ser dejados completamente libres. Todos los enredos han desaparecido sin rastros. Entonces tampoco sé ya en qué lugar está mi casa del espíritu y crisol. Si uno quiere asegurarse de su cuerpo, no puede ello alcanzarse. Este estado es el penetrar del Cielo en la Tierra, el tiempo en que todos los prodigios vuelven a su raíz. Ello ocurre cuando el espíritu cristalizado entra en el espacio de la fuerza.*
- *No se cambia el lugar, pero el lugar se divide. Éste es el espacio incorpóreo, ahí mil lugares y diez mil lugares son un lugar. No se cambia el tiempo, pero el tiempo se divide. Éste es el tiempo inmedible, ahí todos los eones son como un instante.*

- *El secreto profundo del baño, que es el más profundo de nuestra enseñanza, es limitado de este modo al Trabajo de hacer vacío el corazón.*
- *Por lo tanto, cuando uno practica la contemplación de lo vacío, lo vacío está seguramente vacío, pero también la ilusión es vacía y lo central es vacío. Es necesaria una gran fortaleza para practicar la contemplación de la ilusión;*

entonces la ilusión es realmente ilusión, pero también lo vacío es ilusión y el Centro es también ilusión.

- *El Uno es el curso circular de la Luz.*
- *Entonces se ilumina con ambos ojos la casa de lo abismal (agua, Kan).*

Sexta parte

Moradas en el proceso

Introducción

En la lectura se pueden rescatar una secuencia de “moradas” o “estados internos” por los que se transita en el proceso de trabajo. Partiendo de un Propósito inicial, se recorren estados mentales de suspensión y supresión de sentidos, se llega a un vacío. Ahí se menciona la condición de Regreso al Origen, de regreso al Uno. Se cita “la media noche viva”, como un lugar de “espera”. Se indica el “punto-germen”, que podríamos definir como punto del real despertar o de creación del embrión. En el proceso final menciona dos situaciones, el nacimiento del espíritu y ponerse al servicio de las “órdenes del Señor”, que interpretamos como ponerse en manos del Propósito.

Vacío. Suspensión y supresión de sentidos

Tanto el texto *El Secreto de la Flor de Oro*, como toda la literatura taoísta, rodean constantemente el concepto de **Vacío, de Regreso al Origen y de unión con el Uno**. En el texto estudiado encontramos numerosos recursos que definen el modo de acceder a ese Vacío, utilizando sobretodo procedimientos de reducción del foco atencional y ubicación mental en un espacio entre ambos ojos. Todo en un intento de despojarse de los “enredos

cotidianos", silenciar la mente y el corazón, refinar la energía y allí esperar. Este "vacío" es lo que se denomina Tao.

> *"En la sala púrpura de la Ciudad de Jade reside el dios del Vacío extremo y de la extrema Vitalidad"*[104].
>
> *"El Corazón Celestial se halla entre el Sol y la Luna (es decir entre ambos ojos)." La recomendación es utilizarlo como lugar donde concentrar los pensamientos para proceder al curso circular de la Luz.*
>
> *"También se puede experimentar esto: durante el reposo, la luz ocular se pone a llamear y, ante uno, todo se vuelve claro como dentro de una nube. Abriendo los ojos, busca uno su cuerpo, y ya no lo encuentra. A esto se le llama: "La cámara vacía se ilumina" Interiormente y exteriormente, todo es de igual claridad".*
>
> *"En nuestro taoísmo, todo el trabajo que tiende a perfeccionar, acabar, el Ming y el Sing*[105] *se resume en la fórmula: "Crear la vacuidad" ..." El más profundo secreto del baño que contiene nuestra enseñanza se limita a la obtención de la vacuidad del corazón".*
>
> *"…la contemplación más importante es la de la vacuidad. Si uno contempla la vacuidad, la vacuidad está ciertamente vacía, pero también está vacía la ilusión, y está vacío el centro".*

Análogamente, encontramos las siguientes descripciones[106]:

> *"También se puede penetrar en un curioso estado de conciencia alterada por "suspensión del yo". Esto se presenta como una situación paradojal, porque para silenciar al yo es necesario vigilar su actividad de modo voluntario lo que requiere una importante acción de reversibilidad que robustece, nuevamente, aquello que se quiere anular. Así es que la suspensión se logra únicamente por caminos indirectos, desplazando progresivamente al yo de su ubicación central*

[104] Esta cita y las siguientes de este apartado pertenecen a la Versión del Secreto de la Flor de Oro de Pierre Grison.

[105] Ver Anexo. Diccionario.

[106] **Silo.** *Apuntes de psicología.*

de objeto de meditación” ... “La conciencia entonces, está en condiciones de encontrarse sin la presencia de ese yo, en una suerte de vacío.”

“Se requiere una conciencia despejada de fatiga y una mínima educación de la reducción del foco atencional sobre un solo objeto. Continuar en la profundización de la suspensión hasta lograr el registro de "vacío", significa que nada debe aparecer como representación, ni como registro de sensaciones internas. No puede, ni debe, haber registro de esa situación mental.”

“Nada se puede decir de ese “vacío”. El rescate de los significados inspiradores, de los sentidos profundos que están más allá de los mecanismos y las configuraciones de conciencia, se hace desde mi yo cuando éste retoma su trabajo de vigilia normal.”

La media noche viva. La Luna de Plata. La Luna Negra

En la versión de Cleary de *El Secreto de la Flor de Oro*, se expone el siguiente texto:

*“Cuando la mente está vacía y se ha acabado con toda complacencia, os habéis liberado del océano de la infelicidad. Los estudiantes preguntan sobre la «**medianoche viva**»[107]. Esto es muy sutil. Si insistís en definirla como verdadera medianoche, parece que es apegarse a las formas; pero si no os centráis en las formas y solo señaláis la verdadera medianoche, ¿cómo podría ser conocida la medianoche viva? En lo que respecta a la medianoche viva, cuando la veis en todo momento, finalmente alcanzáis la verdadera medianoche; vuestro estado es claro y ligero, y la medianoche viva florece paulatinamente en una conciencia cada vez mayor”.*

La versión de Wilhelm lo expresa del siguiente modo:

---

[107] En otro párrafo, Cleary aclara: Aquí parecería que «medianoche» se utiliza como equivalente del término budista «vacío», que se vive justamente en medio de las formas. **Thomas Cleary.** *El Secreto de la Flor de Oro.*

"Todas las aberturas están quietas y la ***Luna de plata*** *está en medio del Cielo y tiene uno el sentimiento de que esta gran Tierra es un mundo de Luz y lucidez".*

"… pues cuando lo oscuro está tranquilo, se mueve lo lúcido; esto es igual al estado de ***la medianoche Viviente****".*

En la guía de los estados internos[108], Silo dice:

"8. Sube por la escalinata del Intento y llegarás a una cúpula inestable. Desde allí, desplázate por un pasillo estrecho y sinuoso que conocerás como la "volubilidad", hasta llegar a un espacio amplio y vacío (como una plataforma), que lleva por nombre: "espacio-abierto-de-la-energía".

9. En ese espacio puedes espantarte por el paisaje desierto e inmenso y por el aterrador silencio de esa noche transfigurada por enormes estrellas inmóviles. Allí, exactamente sobre tu cabeza, verás clavada en el firmamento la insinuante forma de ***la Luna Negra****... una extraña luna eclipsada que se opone exactamente al Sol. Allí debes esperar la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo. (…)*

12. Si en la explanada logras alcanzar el día surgirá ante tus ojos el radiante Sol que ha de alumbrarte por vez primera la realidad. Entonces verás que en todo lo existente vive un Plan."

El centro superior

Tratamos de buscar en el texto si había conceptos que pudiesen reflejar lo que Silo denomina el *Punto del real despertar*, que él lo describe como el lugar detrás de los ojos, en el centro del cerebro. La energía que activa ese punto debe ser potente para que se ponga en marcha.[109]

---

[108] **Silo**, *El Mensaje de Silo.*

[109] **Silo**, *Humanizar la Tierrra. (La mirada interna).*

En *El secreto de la Flor de Oro*[110], tenemos los siguientes fragmentos que apuntar a este concepto:

> *"Quien busque la perpetuidad debe descubrir el lugar en el que, originalmente, nacen el Ming y el Sing*[111]*"(Según el Huei Ming King, el punto-germen).*

A lo largo de todo el texto, la morada donde se halla, se define de muchos modos: el corazón celestial; La sala púrpura de la ciudad de jade; el palacio amarillo; el castillo primordial; campo del elixir; aposento vacío; la casa de lo abismal; crisol de lo creativo.

En el Mensaje de Silo se expresa:

> *"Hay un punto de control del estar-despierto-verdadero y hay una forma de llevar la Fuerza hasta él."*

Regreso al origen. El Uno. La Forma Pura

El concepto de Regreso al Origen es un interés al que apuntan los métodos taoístas de meditación. Sin duda que es una consecuencia del contacto con el Vacío, o equiparable en su significado. En ese estado se da la condición del nacimiento del espíritu y también de poder comprender el Universo de un modo diferente a la mecanicidad del pensar. Encontramos en el taoísmo prácticas que se centran en este objetivo de modo muy concreto como son las prácticas con la respiración embrionaria, descrita anteriormente, que utilizan conceptos muy similares: regresar al útero, penetrar en la matriz; generar un nuevo ser.

Sobre el término "Uno", hemos observado al menos, dos posibles significados. Por un lado, se habla tanto en el sentido de la experiencia en la que uno se siente integrado con todo y por otro lado, la experiencia en la que ese "Uno" nos remite a algo más lejano, previo a nuestros orígenes.

---

[110] Versión de Pierre Grison.

[111] Ver Anexo. Diccionario.

La lectura taoísta menciona tanto el concepto de Regreso al Origen, como el de lograr el Uno, siendo que algunos autores lo equiparan: *"Lo Original no es diferente del Uno"*, dice Maspero. El Uno está ligado al vacío, al Tao. Ese Uno, es la Unidad interna, que nace de donde no había, del estado de vacío, y de él surge el dos, el tres, los diez mil seres, dirá el Tao Te King. Es decir, ese Uno por un lado es genitor de todo lo existente, y aquí encontramos una interesante analogía cósmica. Pero para que el Uno se dé, hay que pasar por el vacío, por la nada, y si no hay nada este Uno que se engendra, surge de lo que no es, no hay, no tiene contenido, entonces se genera como algo nuevo que nace.

> *"En el principio hubo un tiempo cuando incluso la nada no existía; luego algo comenzó a existir que no tenía nombre. De eso nació el Uno, pero sin tener forma. Luego, la división del yang y el yin, y su movimiento, dio origen a las cosas."*[112]

En la versión del libro comentada por Pierre Grison, se dice:

> *"El regreso al estado embrionario, primordial o "edénico", es el grado a partir del cual podrán desarrollarse los estados superiores del ser. Más adelante diremos que está en el origen, no de la longevidad, sino realmente de la inmortalidad".*

> *"Eso que subsiste por sí mismo es denominado Tao. El Tao no tiene ni nombre ni forma".*
>
> *"Supremo Uno" designa aquello que no tiene nada por encima".*
>
> *"El Uno es la Revolución de la Luz".*

En la obra de Elíade, también se recurre a un tratado de Paracelso del s.XVII en una analogía muy clara entre este Regreso al Origen y el nacimiento del nuevo Ser:

> *"Porque no me es dado alcanzar el reino celestial si no nazco una segunda vez. Por eso, deseo retornar al seno de mi madre, a fin de ser regenerado…"* [113]
>
> *"Todos estos símbolos, todos los mencionados rituales y sus técnicas ponen de relieve una idea central: para obtener el rejuvenecimiento o la longevidad, es necesario volver a los orígenes, y así recomenzar la propia vida. Pero esta idea*

---

[112] **Zhuang Zi.**

[113] **Eliade, Mircea,** *Alquimia asiática.*

implica la posibilidad de abolir el tiempo -es decir, el pasado-, y más concretamente presupone un cierto control sobre el fluir temporal."[114]

El concepto del Regreso al Origen, se relaciona con movimientos cosmológicos; con un volver atrás, invertir, *"volver la propia mirada hacia el interior":*

"invierte la luz e invierte el brillo de tus ojos, de suerte que el aliento verdadero sigue (este movimiento de regreso) y se concentra en el Palacio original"[115].

También se refiere al regreso a la matriz y al estado embrionario, al embrión de inmortalidad.

El tema del "retorno" o "Regreso al Origen" alude a la conexión con ese Uno, vacío y sin forma. Es en ese estado que se habla de engendrar otro ser humano. El taoísta es su propio genitor.

"Purifica tu cuerpo y regresa al Aliento Uno. Purifica tu aliento y regresa al Vacío, entonces estarás unido al Tao, desaparecerás en lo Sin-Forma maravilloso, te transformarás indefinidamente, estarás oculto o manifestado de forma insondable y serás un hombre verdadero"[116]

"Entonces no había lo existente ni lo no-existente. No había reino del aire, ni del cielo, más allá de él. ¿Qué había dentro y dónde? ¿Y qué daba amparo? ¿Había agua allí, insondable profundidad de agua? No había entonces muerte, ni había algo inmortal, no había allí ningún signo, que dividiera los días y las noches. Ese algo, sin aliento, respiraba por su propia naturaleza. Aparte de eso, no había nada."[117]

"La forma pura no es representable; no obstante, se experimenta como el objeto del acto de compensación estructurador de la conciencia en el mundo; se experimenta como la misma realidad trascendente al transcurrir. Esta forma

---

[114] Íbid.

[115] Concordancia del Tao –tsang. Efeo,Paris 1975. Mencionado en: **Robinet, Isabelle**, *Lao zi y el Tao*.

[116] **Shangyang zi**. Mencionado en **Robinet, Isabelle,** *Lao zi y el Tao.*

[117] Inédito. De "El Cántico de la Creación" - Vedas X, 129. Mencionado en: **Silo,** *La Forma Pura.*

posee los atributos del plano de la "Inmortalidad", correspondiendo a la conciencia-trascendida-en-reposo-completo"[118]

Nacimiento del espíritu. Inmortalidad

El trabajo expuesto en *El secreto de la Flor de Oro,* conduce como meta a la creación de un "cuerpo de espíritu". En los primeros pasos se habla de un camino hacia el vacío y luego, cómo de la nada, de ese vacío surge algo. Ese algo que surge es lo considerado de naturaleza inmortal.

En el texto[119] tenemos los siguientes párrafos que apuntan a este concepto:

> *"Si se preserva esa fuerza, es posible prolongar la duración de la vida y aplicar el método que pone las miras en crear un cuerpo inmortal mediante fundir y mezclar".*
>
> *"El espíritu primordial, verdadero Sing, es lo único que va más allá del tiempo y del espacio".*
>
> *"Cuando ha nacido la simiente verdadera, y a continuación se utiliza el método correcto para fundirla y mezclarla, y se forma el Kin tan, entonces cruza el paso; se constituye el embrión, que, por efecto del alimento, del baño y del lavado, debe luego ser desarrollado".*
>
> *"Si uno se contenta con fijar los pensamientos entre ambos ojos sin cristalizar el espíritu en el vientre, se asciende hasta el portal, es cierto, pero no se entra en la Cámara interior. La consecuencia es que no se forma el Fuego de Espíritu, la fuerza permanece fría y tarda en manifestarse el Fruto verdadero."*

[118] Inédito**. Van doren, H.** *Cuadernos de escuela.*

[119] Versión de Pierre Grison.

“Pasados cien días nace espontáneamente en el seno de la Luz un punto de puro Yang. Entonces se forma repentinamente la perla seminal. Es como cuando se unen el hombre y la mujer y se produce la concepción”.

Aquí recuperamos las dos frases fundamentales que podrían ser la esencia del libro estudiado:

“…cuando se aplica esta fuerza es como si en medio del ser hubiera algo que no-es”

“…cuando se aplica esta fuerza es como si en medio del no-ser hubiera algo que es”

Análogamente encontramos las siguientes expresiones[120]:

“Esta energía en movimiento podía “independizarse” del cuerpo manteniendo su unidad”.

“Y aquel que siente la presencia de otra vida separada, considere igualmente que la muerte sólo ha paralizado al cuerpo; que la mente una vez más se ha liberado triunfalmente y se abre paso hacia la Luz...”

El Propósito dirige la vida

Las moradas o estados hasta ahora mencionados hacen referencia a un proceso que guía el nacimiento del Espíritu, de esa “otra vida separada”. También, el texto estudiado, menciona cómo el proceso de trabajo conduce a que ahora la vida sea dirigida por el “Señor”. En el siguiente párrafo, que se encuentra en el último capítulo de *El Secreto de la Flor de Oro*, se relata una fase final del proceso de trabajo donde puede reconocerse, cómo el “yo”, dominante hasta el momento, ha podido ser sustituido, invertido para ponerse a las órdenes de un “Propósito” mayor que se designa como ponerse a las órdenes del “Señor” y cómo es este el que ahora dirige la vida:

“Revolución de la Luz es una designación global. Cuanto más progresa el trabajo, más prospera la Flor de Oro. Hay un método de revolución más

[120] **Silo**, *El Mensaje de Silo.*

maravilloso todavía. Hasta aquí hemos actuado desde el exterior sobre el interior; ahora, establecidos en el Centro, dominamos el exterior. Hasta ahora se trataba de un método auxiliar para ayudar al Señor; ahora se trata de la extensión de las órdenes del Señor. La situación se ha invertido".

Séptima parte

Resumen y conclusiones

Resumen

Este estudio se ha centrado en analizar el texto *El Secreto de la Flor de Oro* con el objetivo de esclarecer procedimientos utilizados en la cultura China que pudiesen connotar raíces de la disciplina energética. Asimismo, desvelar qué prácticas utilizaban para la entrada en los espacios Profundos, como armaban su "Ascesis".

Las prácticas de la Flor de Oro se basan en procedimientos que tienen que ver con una movilización voluntaria de la energía interna.

Una vez cotejado desde el esquema de estudio donde se analiza el Propósito, procedimientos, registros, estilo de vida y significados, se pudo observar que las pautas de análisis, se muestran claramente en el texto estudiado como guion que narra las experiencias, es decir nada de lo que narra el libro queda fuera del esquema de estudio propuesto, aunque el mismo texto no se ordene de este modo.

También se ha hecho un resumen por posibles pasos, aunque en el libro no se narran de modo secuencial.

Se ha profundizado en buscar referentes de las "moradas" que se encuentran durante el proceso. Así, se han descrito el concepto de **Vacío; Regreso al origen, el Uno, la Forma Pura; La media noche viva; el nacimiento del Espíritu; el Centro Superior; el Propósito dirigiendo la vida.**

El análisis nos devela las siguientes conclusiones:

Análisis del Propósito, procedimientos, registros, estilo de vida y significados:

El texto define como **Propósito** que el objetivo de las prácticas es el de **alcanzar la inmortalidad a través de otro cuerpo**. A este se le denomina Espíritu primordial o animus, mientras reside en el cuerpo o espíritu cuando se libera de este. Por otro lado, el trabajo de la Flor de Oro, menciona **alcanzar la Unidad o el Tao**, descritas estas como un "**vacío**".

En cuanto a los **procedimientos**, se narran diferentes prácticas en diferentes estadios. Se explica sobre todo la **concentración en la respiración** y haciendo hincapié en una mirada ni externalizada ni internalizada, se consigue también reducir el foco atencional. Se menciona como práctica principal la **circulación de la Luz** y el **método retrógrado**.

Sobre la obtención de **registros**, se definen estados de **supresión de sentidos** expresados tal cual o con metáforas del tipo: "sentirse como un árbol seco ante la roca"[121]. También se menciona la **creación de un cuerpo espiritual como algo que no estaba**. Se siente claridad, lucidez, discernimiento, paz, alegría, registro de la fuerza, liviandad, vacío, nube de luz, luz.

Nos encontramos sobre todo con el registro del cuerpo independiente; también con registros que tienen que ver con "percibir" el tiempo y el espacio de un modo diferente, "venciéndolo"; diferencia entre alma y espíritu; se habla de una tierra que no está en ninguna parte como la verdadera tierra; y la contemplación de la ilusión.

Referente al estilo de vida, la Flor de Oro hace hincapié en compaginar el mundo cotidiano con la "Luz". Propone **eliminar el deseo y destaca las buenas acciones** como conducta que pudiera tener su peso en el momento de la muerte.

En el terreno de los **significados**, el texto sobre todo nos habla de lo que se recibe del vacío. Hay un discernimiento entre alma y espíritu, se insiste en un tiempo y espacio inmedibles.

Finalmente, se pueden rescatar una serie de registros y significados extraordinarios que suceden, que ponen de manifiesto la resolución del propósito que se marcó como camino inicial. Se relatan fenómenos de luz y descripciones de espacios donde se llega, así como

[121] Esta metáfora aparece en el libro de ZHUANG ZI.

comprensiones mayores. El principal registro sería la **creación de un cuerpo inmortal.** En la Flor de Oro se menciona: *"aparte del cuerpo otro cuerpo de espíritu"*. También se indica alcanzar el Uno, o el Tao. Se nombra un lugar físico en la cabeza y también en el corazón o en el plexo solar donde se desencadena el fenómeno de la fuerza. **El lugar final es un lugar de luz descrito con materiales nobles y brillantes, como la ciudad de jade.**

El registro de Luz se define como vacío.

En cuanto a las moradas descritas, las describe del siguiente modo:

El concepto de Vacío. Suspensión y supresión de sentidos: el concepto de vacío abraza toda la literatura, arte y estilo de vida taoísta. Para llegar a esta morada habla tanto de no referenciarse con los sentidos sensoriales como de hacer vacío el corazón. Explica significados que se pueden obtener de este espacio, así como traducciones que suceden en este estado, describiéndolo con metáforas como: "La sala púrpura de la Ciudad de Jade".

La media noche viva: según las fuentes literarias, se designan diferentes nombres (Luna de Plata; Luna Negra) que designan el estado de espera o reposo, donde se siente todo claro y ligero y florece paulatinamente una conciencia cada vez mayor.

Regreso al Origen, el Uno, la Forma Pura: es un objetivo al que apuntan los métodos taoístas de meditación. Sin duda que es una consecuencia del contacto con el Vacío y en ese concepto de Regreso al Origen se da la condición del nacimiento del espíritu.

El nacimiento del espíritu: este es el Propósito que persigue el texto. Lo describe como una semilla que crece del vacío y que mediante el trabajo de fundir, mezclar, alimentar, bañar y lavar, será desarrollado. Ese "algo" que surge es de naturaleza inmortal.

El Centro superior: Lo define como el lugar donde nace el "punto-germen", situado entre los dos ojos.

El Propósito dirige la vida: La fase final del trabajo, además de la creación del Espíritu, apunta a ponerse a las órdenes del "Señor", como un Propósito mayor, invirtiendo el proceso de estar a las órdenes del "yo".

En el libro, tal y como se ha podido ir viendo a lo largo de todo el análisis, se describen numerosas técnicas de movimiento y ascenso energético a un lugar concreto del cuerpo y sobretodo se podrían rescatar dos particularidades que son las que marcarían esa "entrada

a lo profundo”, que sería el modo de aunar respiración y ritmificación del plexo cardíaco y fijación en un punto interior, arriba entre ambos ojos, que denomina la “perla simiente”. Así podríamos resumir que **“caudal energético”** y **“fijación interiorizada”** atendiendo por un lado a la ritmificación de la respiración con el corazón y en otra instancia a la cúspide o centro superior, serían los pasos clave de acceso a los espacios donde mora lo Profundo, según lo narrado en el libro.
A partir de aquí se develan los temas que tienen que ver con la creación de otro cuerpo de espíritu.

Conclusiones

El estudio del libro como centro de gravedad de la Ascesis

Descubrir El Secreto y fundirse en la luz de la Flor de Oro era el interés cuando el texto cayó en nuestras manos y se tomó como estudio y centro de gravedad de una ascesis personal.

Han transcurrido varios años desde la primera lectura hasta la última, que no será la última, y otras muchas lecturas paralelas tratando de apresar aquello que es inapresable, porque “a nuestro ojo interno es opaco lo trasparente”.

Abandonamos esta breve incursión en una cultura que ya hace miles de años desveló aquello importante en el desarrollo del ser humano y que hoy todavía no ha logrado desarrollar como especie.

Concluimos este estudio con muchas más preguntas que cuando se inició, porque esa es la señal que permite avanzar hacia nuevas realidades. Y decidimos soltarlo, satisfechas de haber penetrado en la franja de resonancia que permitía vibrar con los registros fundamentales que sus enseñanzas exponían.

Nos quedamos con un conocimiento difuso de aquello que es designado como taoísmo que, tras muchas lecturas, se nos revela como un “estilo de vida” y como un anhelo trascendente que trata de conectar al ser humano con su más profundo Propósito que nacido hace miles de años, hoy todavía sigue estudiándose.

Sin embargo, la esencia que trasmite el libro ha permitido un trasvase de experiencias que no podemos más que valorar con la sensación de haber ido al núcleo esencial de un Propósito.

Vemos una cultura que sobretodo apela al desasimiento, al ir quitando, despejando, mostrado como un modo de ir eliminando ruido para caer en un vacío. También una clara práctica energética que propone elevar la energía vegetativo-sexual hasta la cúspide. Este es el antecedente más importante de la Disciplina Energética.

Nos hallamos frente a una cultura que se ha forjado entorno al simbolismo de unión de complementarios, como el ying y el yang, el cielo y la tierra, y se traduce muy claramente en sus trabajos energéticos en relación a esa unión de femenino-masculino; complementarios; opuestos. Las prácticas sexuales que se desarrollan en el marco cultural, se muestran como métodos sagrados para preservar y potenciar la energía, con ellas se busca aumentar el caudal energético para seguir profundizando en la experiencia sagrada. Es esa energía la que hay que cultivar, porque en ella está la vida. Sobre estas prácticas o modos de obtener y aumentar la energía, no hallamos datos en el texto en sí, que se nos transmite más como un manual de procedimientos muy concretos sin apelar a otras fuentes.

Si nos retrotraemos a los inicios de los tiempos, caemos en la cuenta de que el hombre y la mujer debieron entender el principio sexual como como algo con una magia muy potente. De un modo natural y sin explicación, de la nada surgía la vida, entonces, ¿cómo no utilizar esa fuente natural como procedimiento sagrado? Se observa un claro paralelismo, del no ser aparece un ser.

El deseo de adquirir la inmortalidad, mediante el paso de entrar en lo Profundo, se nos muestra como un claro Propósito que va más allá de lo individual, algo transpersonal, como una raíz colectiva, social, y que actuando en copresencia se formula como un Propósito introyectivo. Es algo cultural que opera de modo fuerte.

Descubrimientos y registros

En lo personal, la lectura del libro más el trabajo con la cultura oriental y concretamente la cultura china, nos ha llevado a vivir en una franja de lo sutil, del vacío y del anhelo de la creación de un Ser.

El trabajo con la energía y con el desasimiento han sido los pilares fundamentales. Las complejas descripciones se nos planteaban como Koanes que acompañándonos en todo momento iban teniendo sus respuestas.

Nos ha llevado a tener intuiciones sobre el inicio del cosmos, de lo humano. Sabemos que hemos rozado "el origen de todo", un retrotraerse al tiempo y al espacio, una forma Pura, sin nada. En la inmensidad, sin el yo, ya no hay centro. Son registros que no se pueden apresar con palabras.

La forma mental propia ha surgido como primer obstáculo a seguir avanzando. Los momentos de conciencia de sí se han ido imponiendo en la vida cotidiana, tratando de luchar contra esa forma mental que trata de saltar sobre sí misma. Mi "yo", mi forma mental, puede dejar de operar a lo que no es "yo" dando paso a una nueva mirada y también una nueva respuesta. Una mirada que observa lo absurdo de la evolución de mi especie anhelando un cambio profundo de lo humano. Hemos creído encontrar cierta similitud entre el Regreso al Origen, concepto altamente mencionado en la cultura oriental y una nueva forma mental, pero no estamos en la certeza de que aquello a lo que llamamos forma mental[122], fruto no sólo de una psique individual, sino de la especie homo sapiens, tenga una exacta equivalencia con el término oriental, aunque creemos está cercano. En cualquier caso ese Regreso al Origen, está en la base de conectar con el principio de todo.

---

[122] Inédito: conferencias de Silo sobre meditación trascendental (Cuadernos de Escuela):
"La forma mental constituye la estructura básica del psiquismo humano, su más profundo sustrato. Presenta, como una de sus características, la de ser fija, inmóvil.

La forma mental es inmóvil y corresponde a:
1) El desarrollo biológico de la especie en su camino evolutivo.
2) A la particular situación histórica y cultural de las que participa cada ser humano.

….

Así el paso del Cromagnon al Homo Sapiens, marca el cambio de la forma mental y una nueva manera de estructurar el mundo y los fenómenos de la conciencia.

…

En la Forma Mental están los límites, los ámbitos internos de la conciencia. Su modificación implica una transformación formal de los mecanismos de conciencia.
…
Hoy la Humanidad toca límites con esa Forma Mental y es necesario un nuevo salto cualitativo en estas profundidades del hombre. No sería, entonces, la transformación que se presiente un cambio de teorías, de sistemas, sino un cambio en la Forma Mental de la especie humana. A este cambio se le denomina Transmutación (ruptura de la forma mental)".

Los momentos de suspensión de sentidos se iban ampliando. Conciencia de sí y suspensión iban ganando la batalla al yo, al ruido. Todo en un ir quitando peso para pasar a una situación de ligereza, de levedad y de comunión con el entorno, de verlo todo desde mi “no yo”.

Desde mi silla, mi santuario, mi espacio sagrado, y cerrando los ojos la mirada se invierte. Es un maravilloso juego entre lo que está fuera y lo que está dentro. No puede haber espacios nuevos si la mirada no es interna.

La entrada a los espacios Profundos fue ajustándose con la experiencia, pero siempre ese contacto con la energía interna y el despejar la mente del ruido era lo que primaba en toda práctica. Del ir despojándome me despojo del deseo, del clima que me impide avanzar, que me pone en contra del mundo, de sus seres vistos como individuos particulares. En ese despejar el ruido queda lejano, desenfocado y uno ya no es uno. La sensación del cuerpo no está, desaparece. No hay cuerpo, no sé qué hay. Vaciarse del ruido, alejar el murmuro y mientras ese sonido se alejaba, subía el de la energía interna. Como una balanza, para escuchar uno hay que silenciar el otro. No hay nada. Hay inmensidad, desierto, a veces luz, a veces oscuridad.

Deseo estar ahí y puedo estar largo tiempo. La espera puede soportarse porque el registro es de agrado, de comunión con todo y porque las voces lejanas ya no me llaman. Estoy ahí en suspensión, y quizá algo más.

Y del vacío surgía el Ser….

Y en lo cotidiano, aparecen nuevos registros. Una nueva mirada ante todo lo existente.

Me despierto, estoy en una potente nube de energía que está en mí y fuera de mí, en lo alto. No hay dentro ni fuera, todo es lo mismo. Todo es chispeante y vibrátil.

Me voy a dormir. Mi cuerpo está vacío. Soy como una vasija de vidrio. Pero en ese vacío, algo nace y me llena por dentro. Como un bebé, requiere toda mi atención. Sus apariciones son fortuitas, a veces más duraderas, a veces menos. Aparece con más definición en el silencio y me acompaña durante la vida cotidiana. Se manifiesta como un Ser de amor, que me acompaña. Es una presencia que regula mi respiración y mi atención.

El juego de la atención dividida, de la conciencia de sí, se convierte en un requisito en la vida cotidiana, para no ser abandonada y saber cómo nutrirlo. En los sueños se revelan las pistas para seguir nutriéndolo. Aparecen visiones de espacios sagrados ancestrales que

develan arquitecturas representativas de moradas internas, de recorridos internos por dónde ir. Estas construcciones pueden verse por fuera, desde donde se observa el objeto completo en su composición y en su intención. Transitadas por su interior, me meten en la complejidad laberíntica, en un sendero de subida con caminos inciertos.

El vacío y su "lleno" fue la gran conquista.

Ese vacío autoproclamado genitor de una nueva sustancia que aunque indomable e inapresable en su despertar, al igual que lo fue el fuego en nuestros antepasados, muestra su llama que pide ser alimentada para no extinguirse. Esa llama que fue el fantasma de nuestros antepasados refleja el fantasma de nuestra época: el fuego en el pasado y el espíritu en el presente.

Esa llama que alumbra la claridad en todo acontecer y que arrasa sin quemar la senda sin final.

Que mejor metáfora que una Flor de Oro para obtener su naturaleza más Pura. Una Flor que podemos ver crecer desde su semilla hasta que despunta en una eclosión de Luz dejando a su paso el destilado de la más Pura Esencia, que nos conecta con el Origen, el Uno, lo Primigenio, lo Puro, sin mezcla, sin nada más.

Sueño final.

Es hora de soltar el trabajo que durante tanto tiempo me ha acompañado en la senda de la Vía, como diría un taoísta. Momento difícil porque soltar es aventurarse a perder.

Sueño que estoy en un juego de hacer volar globos. Los globos van volando por el aire pero sin demasiado impulso, algo leve, sin entusiasmo.

Decido acabar el juego y recogerlos. En ese recoger, sucede lo opuesto. Los globos empiezan a inflarse uno a uno y a lanzarse al aire con rapidez e intensidad. Todos juntos han montado una estructura que yo trato de sostener. Vuelan de un modo armónico y con mucha fuerza en una escultura aérea que me llena de vitalidad. Tengo que hacer un gran contrapeso para mantener el complejo escultural que ondea en el cielo, manejado por mi cuerpo, mientras me mantengo anclada en un clima de gran alegría y fuerza.

AnexoI

Poema: "Canto a la Magna Vía"

Poema de principios del s.XIV, incorporado al canon taoísta de la dinastía Ming, se le atribuye a la inmortal Cao Wenyi[123]:

"Me voy a dirigir, sin reservas, a todos los adeptos:
La respiración verdadera, vuestro tallo vital,
Ilumina el cuerpo, conduce a la larga vida, al vacío que no es vacuo;
Es un espejo mágico que contiene el cielo y a todos los seres.
Cuando el tai-chi ha operado su milagro, obtenéis el Uno
Que debéis conservar sin perderlo nunca más.
Que vuestra alma resida en el vacío de los palacios internos.
Que el fuego evapore totalmente del interior del palacio mágico los licores sanguíneos.
De costumbre, se alternan la tristeza, la alegría, la preocupación,
El relajamiento, el cansancio; el cuerpo infestado de parásitos
Se os deteriora noche y día, caminareis a tientas desde la ignorancia,
Sin apoyos contra el agotamiento de la vida y del alma,
Un desgaste fino y progresivo os destruye;
En cuanto se agota la armonía original, el alma se escapa.
Sentados en meditación o en la acción, cultivad el dhyana
Como sólo el sabio sabe hacerlo.
Cuidad celosamente el brote tierno y el frágil capullo
Sin dejarnos llevar ni despistar por vuestros sentidos.
¿Sabrá ver el que cojea que tiene que arrancarse la espina?
¿Acaso puede un barbecho baldío dar una buena cosecha?
Bajo el régimen del fuego, podréis realizar la Obra en nueve años.
Haceros eco de las cosas con él no-espíritu, y de las metamorfosis con el alma,
Pues el espíritu no-espíritu es el verdadero espíritu,

[123] **Despeux Catherine**, *Taoísmo y alquimia femenina.*

Estado sin deseo, más allá del reposo del movimiento.
El alma es la naturaleza innata, el aliento energético es la fuerza vital;
Para que el alma no se escape, fijad el aliento,
Pues alma y aliento no van el uno sin el otro
Y perder a uno de los dos es perder el propio timón.
Unidlos en el Uno, y luego olvidad el Uno;
Apareced o desapareced con las transformaciones originales;
Atravesad fácilmente el metano la piedra;
Sentados en meditación o de pie, abandonad instantáneamente
vuestro cuerpo.
Esta vía, fácil de conocer pero difícil de practicar,
Se completa cuando todo acto se cumplen el olvido del acto.
El verdadero esfuerzo no es, en absoluto, contener la respiración
Ni computar las respiraciones como describen los cuadros,
Pues el cansancio que produce en tales ejercicios es parecido
al cansancio del mundo exterior que pretendéis abandonar.
Tomad, pues, como modelo al embrión en el vientre de su madre,

Que no concibe objetivos ni proyectos.
Una vez se fluidifica el aliento vital condensado, el alma
Se queda dentro;
La respiración verdadera se produce libremente,
Fina y continua, y regresa a la fuerza vital;
La fuente mágica se pone a manar espontáneamente .
Treinta y seis mil, ésa es la cifra de la Gran Obra,
Gracias a la cual el yin y el yang evolucionan,
Todas las partes del cuerpo se dulcifican
E irradian en una luz que todo lo penetra.
En cuanto a los tres Peng son echados de sus moradas yin,
Los soberanos acuden en audiencia al palacio del Emperador Rojo.
¿De dónde sale este ser real?, me preguntaréis;
De la terraza mágica, donde siempre ha vivido.
Tapado antaño por las nubes y por la niebla espesa,
Hoy emerge de todo ello, pues el ojo divino se ha abierto.
Ha hecho falta más de un amanecer y más de un crepúsculo

Para llegar a ver su verdadera naturaleza sin necesidad de técnicas.
A base de mantener una voluntad férrea en medio de la niebla helada,
A base de alimentar la sabiduría luchando a brazo partido
Contra los demonios yin,
A base de vaciar y purificar la mente,
A base de concentrar la esencia,
Aquí estáis, por fin, en el reino puro de Huaxu.
Toda empresa empieza por la colocación de los cimientos
Hasta que todo se produce por la no acción,
Purificando de vuestros pensamientos el espejo de la mente
Y controlando, incluso en sueños, la esencia y el alma.
Ni movimiento ni reposo, ese es el gran principio;
Ni redonda y cuadrada, así es la vida suprema.
La revolución interna de la armonía original conduce a la perfección;
No la busques en la respiración externa.
Al igual que el árbol carcomido pierde su verde follaje,
El alma no puede apaciguarse si no se ha fijado el aliento original.

No hagáis ya distingos entre mucosidad, esperma o sangre,
Esa agua que nunca tuvo un lugar fijo
Se transforma siempre según los pensamientos.
Dentro del cuerpo, el calor genera sudor;
La tristeza hace brotar las lágrimas;
En los riñones, el deseo engendra esperma;
En la nariz, el viento provoca mucosidad.
Esa agua que irriga todas las partes del cuerpo
Sigue siendo, en todas circunstancias, un agua divina.
Pocos son los que lo conocen, es agua indefinible,
Engendrada por el verdadero aliento energético, fuente de vida.
Si obráis es desde la calma y sin pensamientos, la conoceréis.
Apaciguad la mente, medid vuestras palabras, mantened ayunos
Y respetad preceptos;
Sólo entonces el sabor inefable de esa ambrosía
Calmará vuestra sed, desvelando lo simple lo real.
Un buen día, la Obra se culmina, y sois libres;

Pero, antes, tenéis que poner vuestros esfuerzos en la fusión del elixir.
Que la realización de esos esfuerzos no conllevé tensión,
Pues el alma original se nutren lo apaciguado.
Todo espíritu se afana por encontrar la libertad sin alcanzarla;
Hay que saber, según cada cual, apretar o soltar el puño.
En su día, tuve que acumular sinsabores,
Vivir en solitario, vestir de manera sencilla de alimentarme de poca cosa;
Pero sabía que el cuerpo y la fama
No son más que obstáculos en el camino.
Cuando hayáis encontrado un lugar tranquilo donde hacer las prácticas,
Cultivad con determinación la gran concentración.
¡Qué difícil es perfeccionar a la vez el cuerpo y el alma!
Si no habéis podido desplegar el cuerpo, empezad por la naturaleza innata.
Para ello, abandonad celebridad y lucro,
Amputad toda pasión y ya no habrá impedimentos.
¿Cuál es el obstáculo? Todo depende de vuestro valor y de vuestra voluntad.
¿Quién os pone cortapisas? Todo está en vuestras propias manos.

Gozar de gran renombre,
Ser un escritor reconocido, todo eso son bagatelas.
Manteneos indiferentes a la ropa sofisticadas y a las mesas opulentas;
Acumular bronce y jade no os conducirá a la salvación.
Poemas en prosa, cantos y versos bien rimados
No son más que tropiezos en el camino.
Sed como la neblina o el humo vaporoso,
Como las flores o como las colgantes inflorescencias del sauce.
Más lo que pasa es que flota es entre cielo y tierra,
Sin convertiros jamás en lluvia o infecundo rocío,
Pues nada os atrae tanto como el cuerpo y la gloria,
Y las costumbres gobiernan vuestra vida.
En el centro de esta vida, concentrados en el alma y en el aliento vital,
Calmadlos para no sufrir en vano.
¿Nos parece triste tener una morada tan bella
Y dejar su salas de bronce y de jade sin huésped?.
Estimulad, pues, al verdadero dueño para que la habite,

Para que retoce en la inmensidad del vacío.
El ser en el seno del no-ser: ¡oh, maravilla inconmensurable!
No olvidéis que el niño bien alimentado beneficia a su madre.
Dejaos estar de saberes y de talentos literarios;
Impasibles, recoger vuestra esencia y vuestra alma,
No paráis de avanzar con decisión en la mente;
De este modo la vía jamás os dará la espalda.”

Anexo II

En este anexo se recogen invenciones tecnológicas que surgieron en China y fueron difundidas en Occidente, y viceversa. Podemos ver cómo, el desarrollo en Oriente fue mucho anterior y mayor que en Occidente.

Innovaciones tecnológicas difundidas de China a Occidente

TÉCNICA	SIGLOS QUE TARDÓ LA DIFUSIÓN
Bomba de paletas cuadradas	15
Rueda de Molino	13
Molino movido por agua	9
Fuelles para metalurgia movidos por agua	11
Ventilador rotatorio	14
Fuelle de Pistón	14
Telar	4
Maquinaria para manipular seda	13
Carretilla	10
Ballesta	13
Cometa	12
Hierro forjado	10
Puente arcos segmentados	7
Compuertas de canal	14
Principios de construcción náutica	10
Timón	4
Pólvora	5
Brújula	10
Imprenta (bloque)	6
Imprenta (tipos movibles)	4
Imprenta (tipos movibles de metal)	1
Porcelana	11

Innovaciones tecnológicas difundidas de Occidente a China

TÉCNICA	SIGLOS QUE TARDÓ LA DIFUSIÓN
Tornillo	14
Bomba a presión para líquidos	18
Cigüeñal	3
Reloj mecánico	3

Fuente: **Joseph Needam**. *Science and Civilization in China*.

Anexo III

Ilustraciones

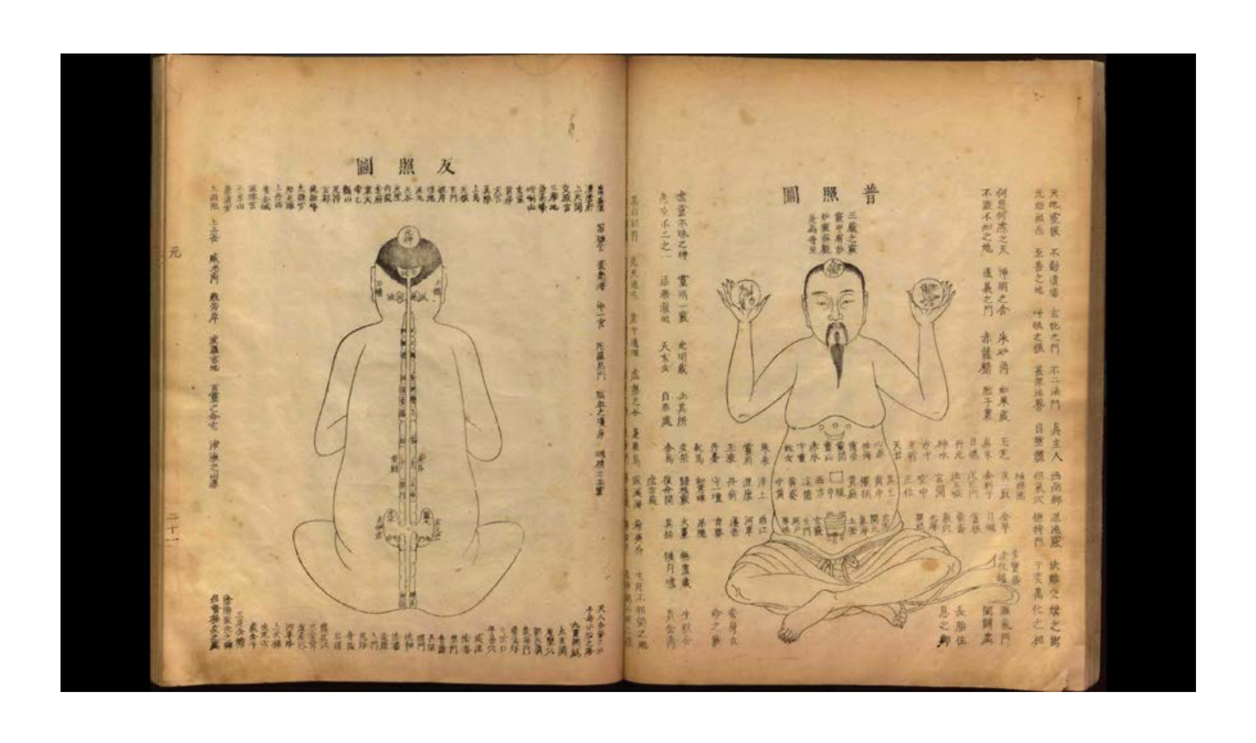
> *En este anexo se recogen imágenes que nos han resutado inspiradoras en referencia al trabajo estudiado. Dichas imágenes ilustran el manuscrito original chino:* ***“Las doctrinas imperativas sobre la naturaleza humana y la longevidad”.***

Sobre las imágenes mostradas no se ha hallado traducción del texto. La única traducción encontrada es la que describe la “Library of Congress”, cuyo manuscrito digitalizado puede encontrarse en red.[124]

Según los comentarios de dicha publicación, el libro se data entre 1573 y 1620 y su contenido se describe del siguiente modo:

> *“Este trabajo ha sido atribuido a los discípulos de Yinzhenren, los taoístas inmortales, que narraban sus doctrinas a ellos. Fue originalmente parte de la colección de Tang Xin'an y fue impreso por su sobrino, Wu Zhihe. Más tarde, las planchas fueron adquiridas por el taller de Di Xuan Ge. El contenido indica que se trata de una obra de Ming, posiblemente por el mismo Tang Xin’an. Wu Zhibe era un nativo de She Xian, provincia de Anhui, quien contrató el famoso grabador Huang Bofu de Xin'an. Estas ilustraciones vívidamente ejecutadas son consideradas obras maestras de la impresión en madera de Anhui. Hay tres prólogos, de Zou Yuanbiao (sin fecha), Yu Yongning (1615) y Cheng Yuting (1622), y un epílogo de Wu Zhihe (1615).”*

[124] https://www.wdl.org/es/item/4456/







人之元氣逐日發生子時復氣到尾閭丑時臨氣到腎堂寅時泰氣到玄樞卯時大壯氣到夾脊辰時夬氣到陶道巳時乾氣到玉枕午時姤氣到泥丸未時遯氣到明堂申時否氣到膻中酉時觀氣到中脘戌時剝氣到神闕亥時坤而氣歸於氣海矣

時照圖

人身有任督二脈爲陰陽之總任脈者起於中極之下循腹裏上關元至咽喉屬陰脈之海督脈者起於下極之腧穿脊裏上風府循額至鼻屬陽脈之海鹿運尾閭蓋能通其督脈也龜納鼻息蓋能通其任脈也人能通此二脈則百脈皆通而無疾矣

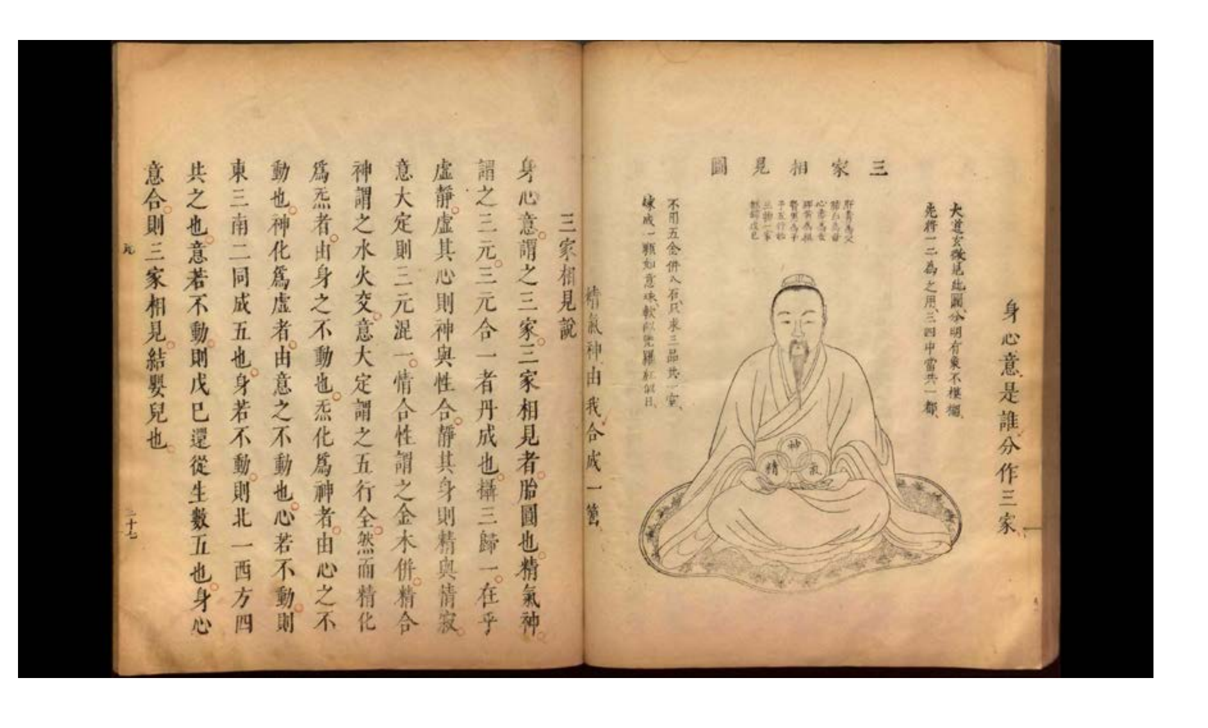
心者君主之官也神明由焉肺者相傳之官治節由焉肝者將軍之官謀慮由焉膽者中正之官決斷由焉膻中者臣使之官喜樂由焉脾胃者倉廩之官五味由焉大腸者傳道之官變化由焉小腸者受盛之官化物由焉腎者作強之官伎巧由焉

內照圖

腦者髓之海諸髓皆屬之故上至泥丸下至尾骶俱腎主之膻中在兩乳間爲氣之海能分布陰陽爲生化之源故名曰海膈膜在肺下與脇腹周回相著如幕以遮濁氣使不熏蒸上焦闌門在大小腸之間津液滲入膀胱滓穢流入大腸變化出矣

元

二十二



身心意是誰分作三家

大道玄微見此圖分明有象不模糊
先將一二爲之用三四中當共一都

三家相見圖

不用五金併入石只求三品共一窗
煉成一顆如意珠軟似兜羅紅似日

精氣神由我合成一簣

三家相見說

身心意謂之三家三家相見者胎圓也精氣神謂之三元三元合一者丹成也攝三歸一在乎虛靜虛其心則神與性合靜其身則精與情寂意大定則三元混一情合性謂之金木併精合神謂之水火交意大定謂之五行全然而精化爲炁者由身之不動也炁化爲神者由心之不動也神化爲虛者由意之不動也心若不動則東三南二同成五也身若不動則北一西方四共之也意若不動則戊巳還從生數五也身心意合則三家相見結嬰兒也

元　三十七



眼不視而魂在肝耳不聞而精在腎舌不動而神在心鼻不嗅而魄在肺四者無漏則精水神火魂木魄金皆聚於意土之中而謂之和合四象也

和合四象圖

和合四象說

四象者青龍白虎朱雀玄武也五行者金木水火土也龍木生火同屬乎心心者象帝之先靈妙本有中之真無也心若不動則龍吟雲起朱雀歛翼而元氣聚矣虎金生水同係乎身身者歷刧以來清淨自無中之妙有也身若不動則虎嘯風生玄龜潛伏而元精凝矣精凝氣聚則金木水火混融於真土之中而精神魂魄攢簇於真意之內真意者乾元也乃天地之母陰陽之根水火之本日月之宗三才之源五行之祖萬物賴之以生成千靈承之以舒慘意若不動則二物交三寶結四象和合五行攢簇俱會入中宮而大丹成矣故紫陽云五行全要入中央蓋謂此也

元　三十八



取坎塡離說

鉛汞者太極初分先天之炁也先天炁者龍虎初弦之炁也虎居北方坎水之中而坎中陽爻原屬於乾劫運未交之先乾因顛蹶馳驟悞陷於坤乾之中爻損而成離離本汞居故曰坎內黃男名汞祖也龍居南方離火之內而離中陰爻原屬於坤混沌擲落之後坤因含愛孳育得配於乾坤之中爻實而爲坎坎本鉛舍故曰離中玄女是鉛家也似此男女異室鉛汞異爐陰陽不交則天地否矣聖人以意爲黃婆引坎內黃男配離中玄女夫妻一媾即變純乾謂之取坎塡離復我先天本體故悟眞篇云取將坎內中心實點化離宮腹內陰正此義也

元　三十九



91



念觀音呪說

此呪是觀音菩薩微妙心印若人書寫六字大明呪者即同書寫三藏法寶若人持念六字大明呪者即同諷誦七軸靈文又能開智慧門能救百難苦三世業冤悉皆清淨一切罪障盡得消除解脫生死安樂法身然而念呪亦有審訣故第一聲中而唵之乃以呼吾身毘盧遮那佛也第二聲東而嘛之乃以呼吾身不動尊佛也第三聲南而呢之乃以呼吾身寶生佛也第四聲西而叭之乃以呼吾身無量壽佛也第五聲北而𠺗之乃以呼吾身不空成就佛也第六聲復上返於喉而作吽音者乃以呼吾身大勢至金剛也久則五炁歸元即成就不思議功德而證圓通也

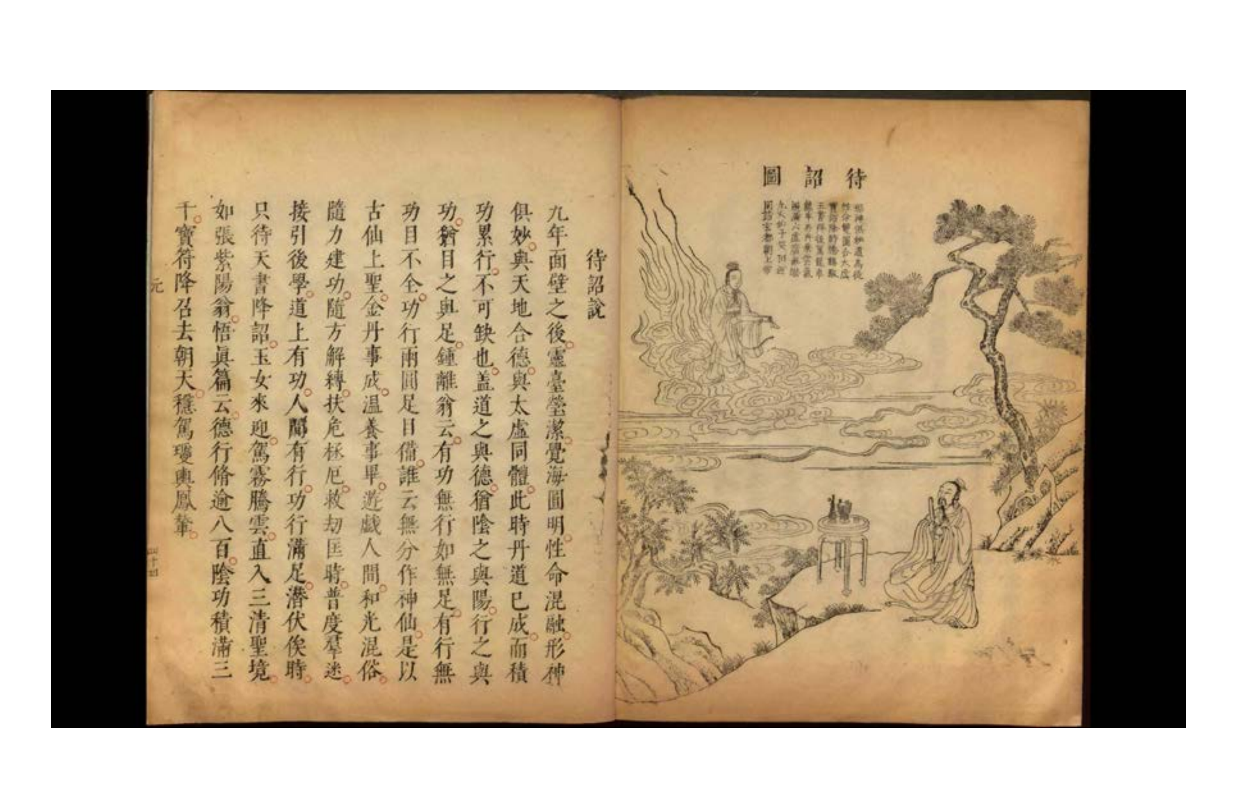
元　四十



火龍水虎說

夫黑鉛水虎者是天地發生之根乃有質而有氣也紅鉛火龍者是天地發生之本乃有氣而無質也有質者眞鉛也太陰月之精也爲天地萬物育形之母無質者眞汞也太陽日之光也爲天地萬物發生之父鉛汞之體互相孳胤循環不絕可謂生天生地生萬物之祖宗也古之至人知神物隱於此假法象而採取太陰之精設禹器而誘會太陽之氣使歸神室混混相交交合不已孳産無窮而木中生魂金中生魄魂魄凝然化爲鄞鄂交結百寶名曰金液還丹

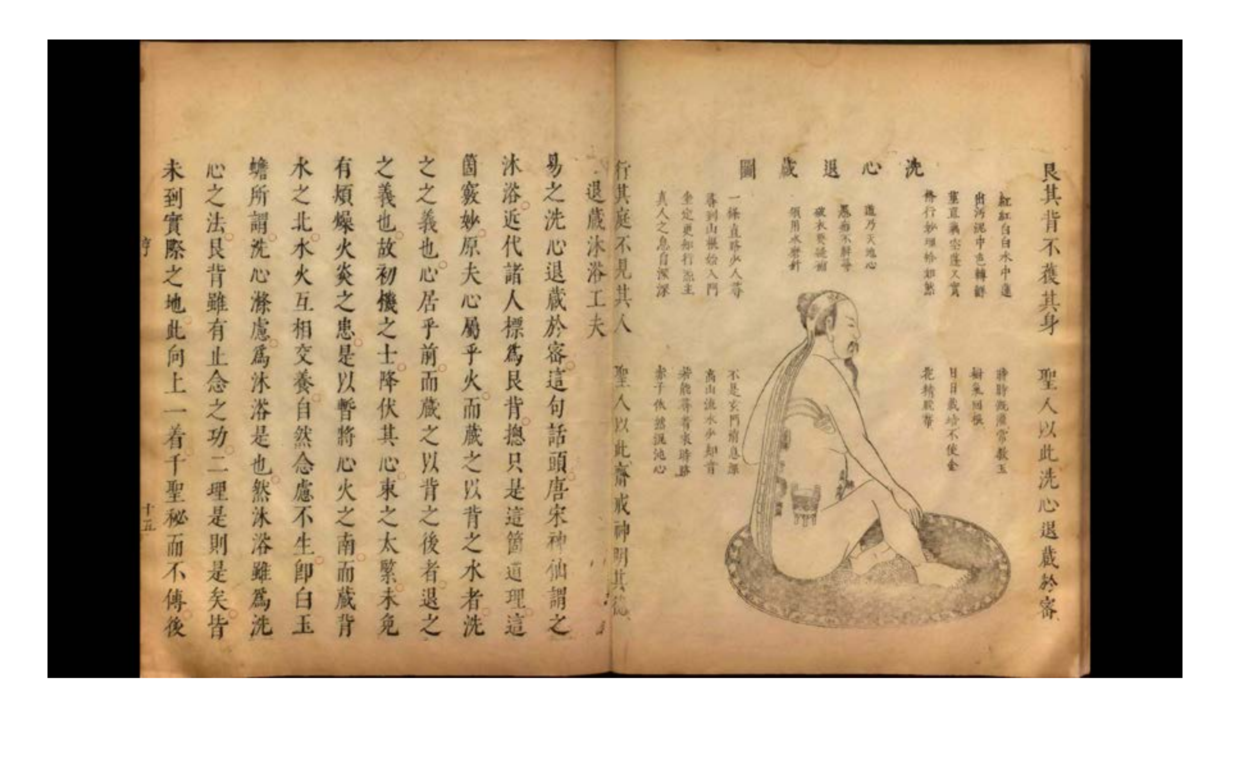
元　二十六



待詔說

九年面壁之後靈臺瑩潔覺海圓明性命混融形神俱妙與天地合德與太虛同體此時丹道已成而積功累行不可缺也蓋道之與德猶陰之與陽行之與功猶目之與足鍾離翁云有功無行如無足有行無功目不全功行兩圓足目備誰云無分作神仙是以古仙上聖金丹事成温養事畢遊戲人間和光混俗隨力建功隨方解縛扶危拯厄救刼匡時普度羣迷接引後學道上有功人間有行功行滿足潛伏俟時只待天書降詔玉女來迎駕霧騰雲直入三淸聖境如張紫陽翁悟眞篇云德行脩逾八百陰功積滿三千寶符降召去朝天穩駕瓊輿鳳輦

元　四十四


艮其背不獲其身　聖人以此洗心退藏於密

洗心退藏圖

行其庭不見其人　聖人以此齋戒神明其德

退藏沐浴工夫

易之洗心退藏於密這句話頭唐宋神仙謂之沐浴近代諸人標爲艮背總只是這箇道理這箇竅妙原夫心屬乎火而藏之以背之水者洗之之義也心居乎前而藏之以背之後者退之之義也故初機之士降伏其心東之太緊未免有煩燥火炎之患是以暫將心火之南而藏背水之北水火互相交養自然念慮不生即白玉蟾所謂洗心滌慮爲沐浴是也然沐浴雖爲洗心之法艮背雖有止念之功二理是則是矣皆未到實際之地此向上一着千聖秘而不傳後

十五


儒而聖道而玄釋而禪而妙用總持都歸一貫

安神祖竅圖

上而天中而人下而地而化機參兩豈外中庸

性命雙脩萬神圭旨第二節口訣

安神祖竅翕聚先天　內附法輪自轉龍虎交媾二法

祖竅真際舉世罕知不得師傳儼似暗中射垛蓋祖竅者乃老子所謂玄牝之門也悟真篇云要得谷神長不死須憑玄牝立根基所以紫陽言脩鍊金丹全在玄牝于四百字序云玄牝一竅而採取在此交媾在此烹煉在此沐浴在此溫養在此結胎在此至於脫胎神化無不在此脩煉之士誠能知此一竅則金丹之道盡矣所謂得一而萬事畢者是也然而丹經大都喻言使學者無所歸着前輩指爲先天主人萬象主

二十二





龍虎交媾法則

夫人也坎離交則生分則死此理之必然無一人不知此者蓋離☲爲陽而居南外陽而內陰也謂之眞汞坎☵爲陰而居北外陰而內陽也謂之眞鉛故紫陽眞人云日居離位反爲女坎配蟾宮却是男此言坎之男離之女猶父之精母之血也日之烏月之兎也砂之汞鉛之銀也天之玄地之黃也此數者皆指示龍虎二氣也參同契曰離巳日光坎戊月精故離之巳象龍之弦氣也坎之戊象虎之弦氣也夫戊與巳是黃庭眞土之體因太極一判分居龍虎二體之

三十四



性命雙脩萬神圭旨第四節口訣

天人合發採藥歸壺　內附閉任開督聚火載金二訣

聞之師曰人受天地中氣以生原有具足可以生生無窮可以不生不滅但人不能保守日日消耗卒至於亾間知保守又不知煆煉火法終不堅固易爲造化所奪苟能保守無虧又能以火煆煉至於凝結成丹如金如玉可以長生可以不化蓋欲煉此丹須以藥物爲主欲採藥物當在根本用功何謂根本吾身中太極是也天地以混混沌沌爲太極吾身以窈窈冥冥爲太極天地以此陰陽交媾而生萬物吾身以此陰

利　二

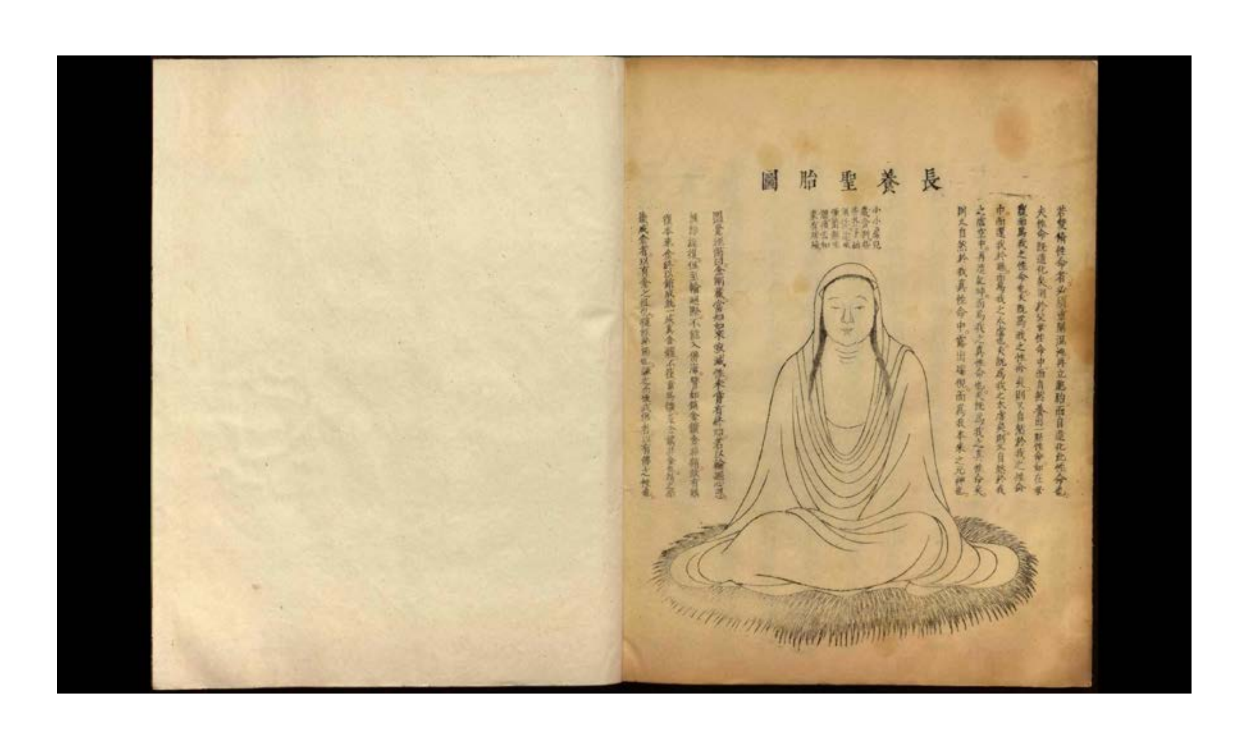
乾坤交媾圖

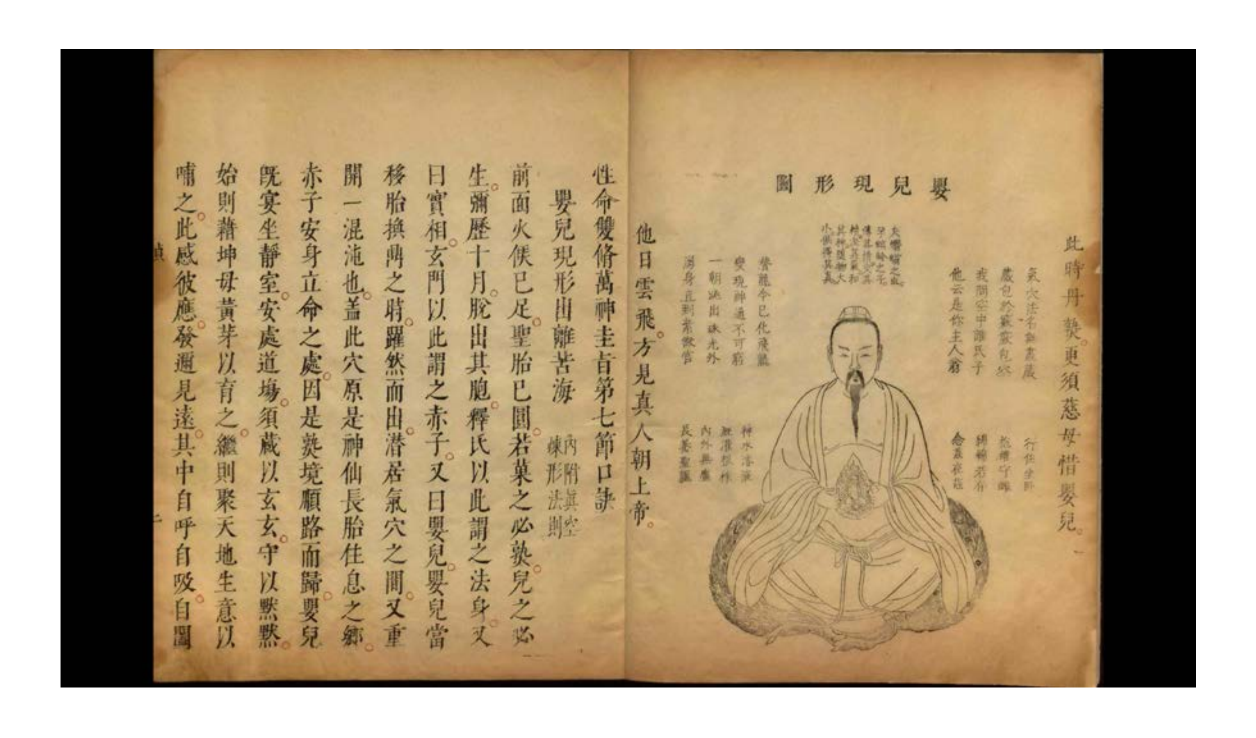
性命雙修萬神圭旨第五節口訣

乾坤交媾去鑛留金 內附卯酉周天口訣

予前以性命之統乎其中者而言之乃上乘法也予今以性命之歸乎其根者而言之乃最上乘法也夫以性命之統乎其中者此道寥寥自鍾呂而下世鮮知之矣况乎性命之歸乎其根者耶而世之知之者爲尤鮮矣似此竅妙之奧性命之微若不複語重言則學者難於悟入原人自父母未生以前本體太虛而已矣其予之所謂無極者乎旣而父母媾精之後一點靈光而已矣其予之所謂太極者乎而一點靈光元

利　二十一





此時丹熟。更須慈母惜嬰兒。

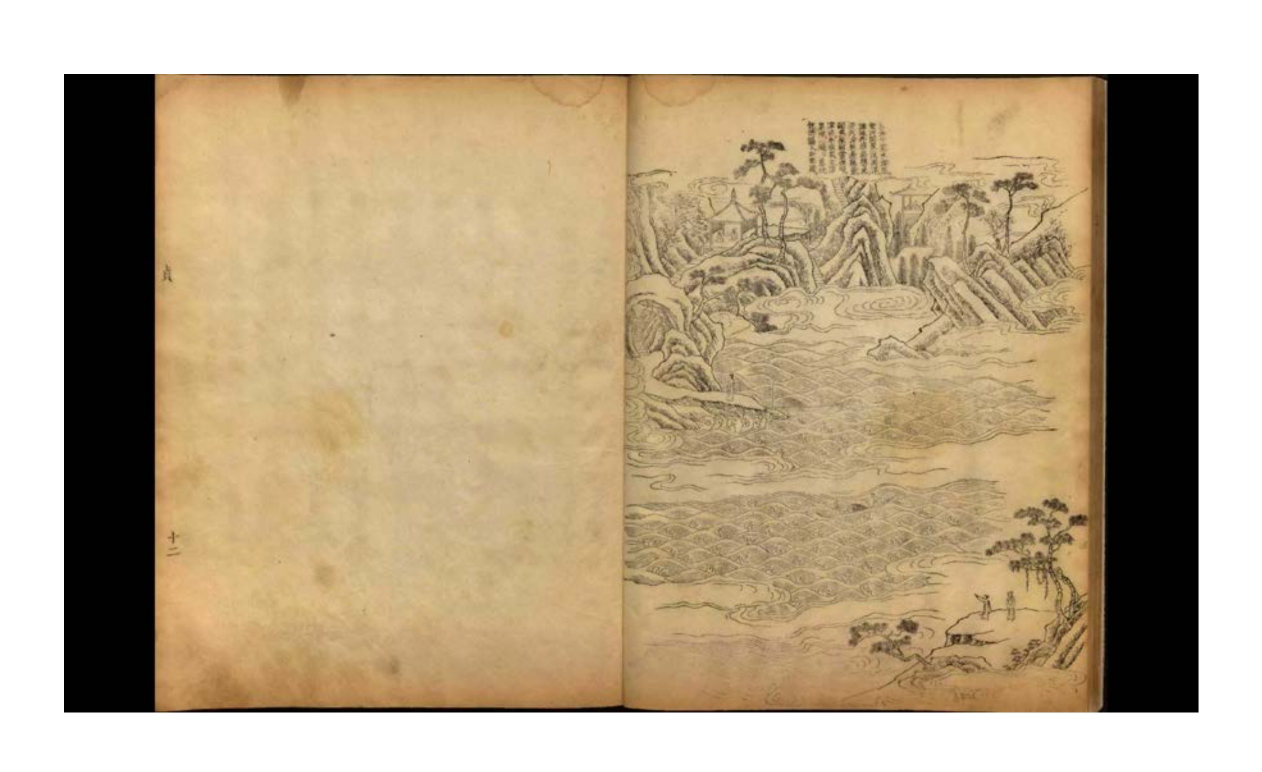
嬰兒現形圖

他日雲飛。方見真人朝上帝。

性命雙修萬神圭旨第七節口訣

嬰兒現形出離苦海　內附眞空煉形法則

前面火候已足。聖胎已圓。若菓之必熟。兒之必生。彌歷十月。脫出其胞。釋氏以此謂之法身。又曰實相。玄門以此謂之赤子。又曰嬰兒。嬰兒當移胎換鼎之時。躍然而出。潛居氣穴之間。又重開一混沌也。蓋此穴原是神仙長胎住息之鄉。赤子安身立命之處。因是熟境。順路而歸。嬰兒既寔。坐靜室。安處道場。須藏以玄玄。守以默默。始則藉坤母黃芽以育之。繼則聚天地生意以哺之。此感彼應。發遍見遠。其中自呼自吸。自闔



端拱寘心圖

未到彼岸不能無法
既至彼岸又焉用法
頂中常放白毫光
鄉人猶待問菩薩

遣照於外
定神於內
寘心至趣
而與吉會

元君端拱坐玄都
三疊[illegible]仙舞八極
變化純陽天地合
長生因此妙工夫

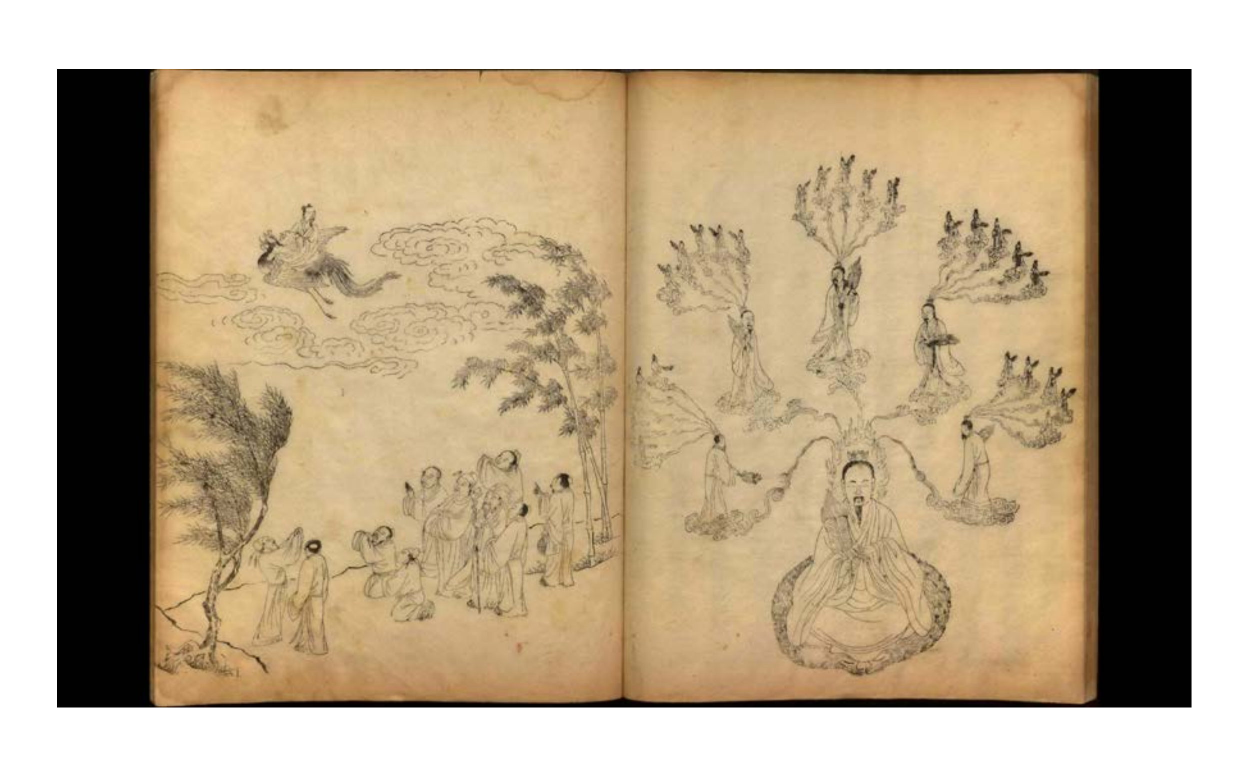
無心於事
無事於心
超出萬幻
確然一靈

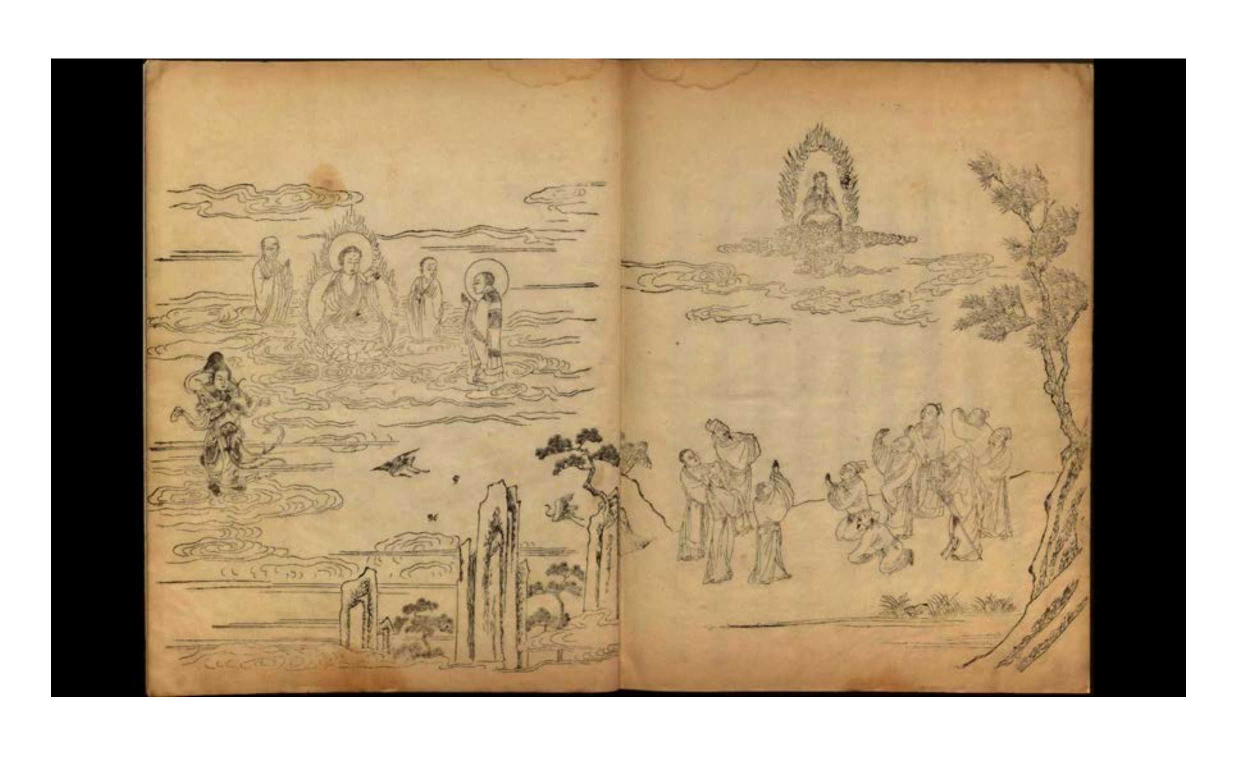
性命雙脩萬神圭旨第八節口訣

移神內院端拱寘心

始則有作有爲者採藥結丹以了命也終則無作無爲者抱一寘心以了性也悟眞篇云始於有作人爭覺及至無爲衆始知但見無爲爲道妙不知有作是根基證道歌云到無爲處不無爲方知吾道是希夷今之在家凡夫出家外道止知有這邊道理不知有那邊境界止知有此間之妙不知有彼岸之玄止知無事而不知希有之事止知無爲而不知有爲之法此乃知其一不知其二脩其性不脩其命者也故丹道未

貞　十三









閃閃白毫端裏湧出無相實相之金身。

毘盧頂上行　佛因半偈捨全身
寂滅海中藏　高蹬巍巍萬德尊
奇哉此妙門　了得涅槃正法眼
佛祖曾授記　金剛不壞體長存

心同虛空界
示等虛空法
證得虛空身
無是無非法

陽神出現　見身無實是佛身
爍爍金光　了心如幻是佛幻
乘彼白雲　了得身心本性空
逍遙帝鄉　斯人與佛何殊别

虛空無內外
心法亦如此
若了虛空故
是達真如理

炎炎舍利光中普現三千大千之世界。

性命雙脩萬神圭旨第九節口訣

本體虛空超出三界

按梓橦化書云予之在朝也以鬧方外之言辭棨而歸道逢隱者指予以心印授予以正訣曰此西方大聖人歸寂法也子能念而習之可度生死死而不亾終成正覺若中道而廢則猶能擇地而處亦可爲神仙予於是歷觀漢唐諸仙多在此處超脫而去者豈非化書所謂中道而廢耶又覽龍牙頌云學道如鑽火逢煙未可休予又歷觀宋元諸仙多在此處尸解而去者豈非龍牙所謂逢煙而休耶雖則仙去然鈌却末

Anexo IV

Diccionario

Ánima y el animus

En el cuerpo está el ánima. El ánima se adhiere a la conciencia como su efecto. La conciencia depende del ánima para nacer. El ánima es femenina (yin), la sustancia de la conciencia. En tanto esa conciencia no es interrumpida, engendra una y otra vez de generación en generación, y las variaciones de figura y mutaciones de sustancia del ánima son incesantes.

El *ánima* es de la naturaleza de lo oscuro. Es la fuerza de lo pesado y turbio, está adherida al corazón carnal corpóreo.

El animus está en el corazón celestial, en el que se refugia el espíritu. Es de la naturaleza de lo luminoso, es la fuerza de lo ligero y puro. Es lo que hemos recibido del gran vacío, lo que tiene una forma desde el primordial comienzo.

El *animus* ama la vida. El *anima* busca la muerte.

El espíritu consciente es muy manifiesto y muy eficaz, y es capaz de adaptarse incesantemente. Es el señor del corazón de los hombres. En tanto permanezca en el cuerpo es el animus. Después de su separación del cuerpo se transforma en espíritu.

Baño

"El secreto profundo del baño, que es el más profundo de nuestra enseñanza, es limitado de este modo al Trabajo de hacer vacío el corazón."

Célebres cadenas de montañas

"En el mejor caso se llega al Cielo, en el peor a los espíritus-zorras. Tal espíritu-zorra por cierto también es capaz de manifestarse en **célebres cadenas de montañas**, de gozar del viento y la Luna, de flores y frutas, de tener su alegría en árboles de coral y hierbas de joyas".

En el mensaje de Silo encontramos: “La luz pura clarea en las cumbres de las altas cadenas montañosas y las aguas de los mil-colores bajan entre melodías irreconocibles hacia mesetas y praderas cristalinas”.

Al respecto, el taoísmo exalta una cadena montañosa como morada paradisíaca, **k’un-lun** (Kunlún). Es uno de los diez continentes y las tres islas de la cosmología taoísta, tiene tres pisos (o según varios textos, nueve). Quien logra escalarlos, llega a las puertas de los Cielos. Simétricamente tiene tres pisos bajo tierra, mediante los cuales pone en conexión las aguas subterráneas, moradas de los muertos, con el mundo de los dioses.

Centro amarillo

Centro amarillo (taoísmo) es igual a centro en medio de las condiciones (budismo). Es el punto que está en medio de ambos ojos.

Centro en medio de las condiciones

Elixir inferior = espacio de la fuerza (plexo solar).

Las "condiciones" son las circunstancias, el "mundo circundante" que, en cooperación con las "causas" (yin), ponen en movimiento el curso circular.

En el "centro de las condiciones" está, de manera enteramente literal, el "polo en reposo en la fuga de los fenómenos". Condición portal de entrada. La condición, esto quiere decir que el colmar esta condición forma el principio, pero no trae lo restante consigo con inexorable necesidad.

Corazón Celestial

“El Corazón Celestial” es igual a la morada, la Luz es el amo de la morada. Es la raíz del Gran Sentido.” “Centro del vacío (confucianistas); terraza de la vitalidad (budistas); tierra de los antepasados o Castillo Amarillo u Oscuro desfiladero o espacio del Cielo anterior.
El Cielo es lugar donde la corporeidad es engendrada en la casa de lo Creativo”.

“Si se es capaz de estar enteramente tranquilo, el Corazón Celestial se hará manifiesto por sí mismo.”

“Más vale que os tengáis dentro de los términos del Cielo, que ahí reside la mayor dificultad” .
En la versión de Thomas Cleary lo denomina Mente Celestial.

Curso circular de la Luz. Girar la Luz:

El curso circular de la Luz es la época del fuego. Hacer girar la luz significa según el budismo chan buscar hacia dentro el origen de la conciencia. Según Cleary, en la traducción de Wilhelm, se confunde el curso circular de la luz con el recorrido por el cuerpo de cierta calor psíquica.

Cleary también dice que es un método de investigar la localización del pensamiento, donde surge y donde se desvanece. El punto central consiste en experimentar la inaprensibilidad de la mente en sí misma. Los pensamientos no pueden ser agarrados.

Según los textos de Cleary:
“La expresión «hacer girar la luz» se refiere al ejercicio del budismo chan, consistente en buscar hacia dentro el origen de la conciencia. Wilhelm la traduce como «curso circular de la luz», lo cual no es muy plausible desde el punto de vista lingüístico, pero pudo haber sido un error legítimo. Evidentemente, confundió esto con el ejercicio de energía taoísta de la rueda de agua, en el que puede conducirse conscientemente a través de un determinado recorrido del cuerpo cierta cantidad de calor psíquico.

Muchos seguidores de este culto imitaron este ejercicio limitándose al nivel consistente en concentrar la atención, sin experimentar el calor psíquico y notaron las modificaciones características de la conciencia que estas posturas producen. Es muy posible que Wilhelm obtuviera esta idea de un miembro de dicho culto. Las notas añadidas a la obra de la Flor de Oro que él utilizó (y que habían sido impresas unos doscientos años después de que surgiera el movimiento) tienden a diluir el budismo chan con elementos que lo hacen parecerse a una mezcla corriente y moliente de alquimia y energía. La formación médica de Wilhelm también parece haberlo predispuesto a efectuar interpretaciones psicológicas.

Existen pruebas que sugieren que era posible leer ciertas actitudes psicocorporales de atención en algunos fragmentos de la obra original. Estas actitudes fueron utilizadas únicamente para anclar temporalmente la mente, mientras se llevaba a cabo la acción de fijar la vista interiormente hacia el origen de la conciencia. Esto no es lo mismo que la

práctica de circulación de energía taoísta. La obra habla de que las experiencias más elevadas son puramente mentales, «en el corazón», y eleva lo espiritual sobre lo físico de igual modo que el budismo chan y la rama norte del Taoísmo Completamente Real.”

“Hacer girar la luz, o dirigir la atención hacia el origen de la conciencia, contrarresta la tendencia a detenerse en los objetos o modificaciones de la conciencia. A esto se le llama aquí «disolver la oscuridad y controlar el alma inferior»”.

“Este pasaje final recoge la tesis de que el alma inferior no tiene existencia independiente, sino que es sólo una modificación condicionada de la «conciencia unificada» original y que por ello, puede ser cambiada y refinada hasta un punto en el que, pragmáticamente, no se diferencia del alma superior. Este refinamiento es el objeto de la práctica de **hacer girar la luz** enseñada en este texto de la Flor de Oro”.

“El «no-ser dentro del ser» se refiere a un sentido de apertura y vasto espacio en medio de las cosas, producido ante todo por el ejercicio de **hacer girar la luz**. «Ser dentro del no-ser» se refiere a la presencia de la energía dentro de la vastedad de la mente fundida con el espacio. El «cuerpo más allá del cuerpo» se refiere a la reserva oculta de energía vital puesta al descubierto por la apertura de la mente. **El giro de la luz** es el «proceso que arde».

Hacer girar la luz es únicamente el término general: con cada nivel de progreso en la práctica, aumenta la magnitud del brillo de la luz y el método del giro se hace más sutil. Previamente uno controló lo interno desde lo externo; ahora uno mora en el centro y controla lo externo. Antes el ayudante administraba para el soberano; ahora, uno promulga la política al servicio del soberano. Manifiestamente se ha producido una gran inversión.

Creativo

Cielo: lugar donde la corporeidad es engendrada en la casa de lo Creativo

Crisol de lo creativo

La cabeza o un punto en ella

Cuerpo de lo creativo

Lo adherente, lo luminoso. "Punto creativo", una intensidad inextensa, pensada en

conjunto con el espacio de la "pulgada cuadrada", con el símbolo de lo extenso. Ambos juntos es *Tao*.

Fenómeno de la iluminación

“Se entiende como un fenómeno psíquico temporal. Cuando el texto dice que las características de luminosidad y claridad de la energía del alma superior se obtienen «a partir del espacio cósmico», se refiere a la conciencia ecuánime semejante al espacio que se enseña en el budismo chan y en el taoísmo de la Realidad Total. Esta conciencia semejante al espacio lo contiene todo, aunque no reposa en nada; es la experiencia esencial del Maestro chan o del experto taoísta que vive en medio de las cosas del mundo, pero que está libre de sus ataduras. Esto contrasta con la limitación de conciencia representada por el alma interior, que se mezcla con los objetos de su percepción.”

Fundiendo y mezclando

“Preservar esta legítima fuerza….y aplicar luego el método para crear un cuerpo inmortal fundiendo y mezclando”
Mircea Elíade, en Alquimia Asiática dice: “Esos metales transcendentes llamados “las almas de los metales” se identifican con determinadas partes del cuerpo humano; por lo que a las experiencias alquímicas se refiere, en lugar de recurrir a instrumentos y substancias de laboratorio, se realizan directamente sobre el cuerpo. Dicho de otra forma, la alquimia se asemeja a la técnica de la meditación, de las purificaciones mentales, de la educación psíquica” ...

Jade
En la sala purpúrea de la Ciudad de jade mora el dios del vacío y la vitalidad extremos:

Oro amarillo llena la casa, jade blanco forma los peldaños. “El jade era el alimento de los espíritus y aseguraba la inmortalidad”.

“El jade desempeña un papel esencial en la sociedad china antigua: en torno a ese mineral se formula su simbolismo y de él se nutre su psicología”.

“La pureza como el jade es una de las «tres purezas», a las que se atribuye ser los reinos de la conciencia superior, a los que ascienden los adeptos taoístas y los inmortales. Son

pues, representativos de fuentes de inspiración para los textos taoístas tardíos, recibidos a través de médiums en trance.”

El jade como el oro se consideraban sustancias ricas en yang y “ayudaba a ponerse en armonía con el principio mismo por ellas simbolizado, a encontrarse orgánicamente «en paz» con todo el cosmos…”

Luna de plata

“Todas las aberturas están quietas y la **Luna de plata** está en medio del Cielo y tiene uno el sentimiento de que esta gran Tierra es un mundo de Luz y lucidez”.

En el mensaje de Silo encontramos: “Allí, exactamente sobre tu cabeza, verás clavada en el firmamento la insinuante forma de la Luna Negra... una extraña luna eclipsada que se opone exactamente al Sol. Allí debes esperar la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo” ... Si en la explanada logras alcanzar el día surgirá ante tus ojos el radiante Sol que ha de alumbrarte por vez primera la realidad. Entonces verás que en todo lo existente vive un Plan.

Luz. Luz Celeste o Luz del Cielo

A lo largo del texto encontramos que se trata como sinónimas las siguientes expresiones:
Luz del Cielo - Conciencia Celestial - Corazón Celestial - Espíritu primordial - Campo de una pulgada-Sala purpúrea de la ciudad de jade - Crisol de lo Creativo.

Principio del mundo. Esa luz reside en la "pulgada cuadrada" o en la "cara", es decir, entre los ojos. Es la manifestación del "punto creativo", una intensidad inextensa, pensada en conjunto con el espacio de la "pulgada cuadrada", con el símbolo de lo extenso. Ambos juntos es *Tao*.

“…. sinónimo de Tao a la "Luz del Cielo" que, como "Corazón del Cielo", "mora entre los ojos".
“No se pueden ver esencia y vida. Están contenidas en la Luz del Cielo”. “No se puede ver la Luz del Cielo, está contenida en ambos ojos”. “Se halla entre el Sol y la Luna, es decir entre ambos ojos”.

"Luz" es el equivalente simbólico de la conciencia, y la naturaleza de la conciencia es expresada por analogía con la luz”.

“La cabeza es asimismo la «sede de la Luz del Cielo»”.
“La luz de los ojos es la conciencia del mundo. La luz de los oídos es la conciencia interna sin forma”.

Luz polar concentrada

“Cuando ahora la Luz circulante brilla hacia dentro, no se torna dependiente de las cosas, y la fuerza de lo oscuro queda limitada y la Flor de Oro ilumina concentradamente. Esto es entonces la Luz polar concentrada.”

Método retrógrado

Lo define de dos modos:

El método retrógrado como mirada interna: “La llama del fuego empuja hacia arriba. Cuando ambos ojos contemplan las cosas del mundo, es con visión dirigida hacia fuera. Si ahora se cierra los ojos y la mirada se revierte, dirige hacia dentro y contempla el espacio de los antepasados, eso es el método retrógrado.”

El método retrógrado como dirección de la energía: “Cuando las pulsiones de agitan, fluye hacia abajo, dirigida hacia afuera, y engendra niños. Si en el momento de la liberación no se la deja fluir hacia afuera sino que se la conduce de vuelta mediante la fuerza del pensar, de manera que puje hacia arriba en el crisol de lo Creativo y refresque y nutra corazón y cuerpo, eso es de igual manera el método retrógrado. Por lo tanto, se dice: el Sentido del Elixir de Vida reposa completamente sobre el método retrógrado.”

La versión de Cleary habla de “método de inversión”.

Ming

Destino, determinación, mandato celeste, claridad, autoconocimiento, iluminación.

El cultivo simultáneo del xing y el ming es lo que constituye la superioridad de la tradición taoísta sobre la tradición búdica.

Ming y Shin, el punto-germen.

Nace de la nada la Flor de Oro del Gran Uno

Es la Luz.
“El cielo engendra el agua por medio del Uno (libro de las Mutaciones). Si el hombre alcanza ese Uno se vivifica; si lo pierde muere”.

Aquello que nada tiene por encima de sí.
Es la verdadera fuerza del Uno trascendente. Elixir de Vida
La Flor de Oro es la Luz, y la Luz del Cielo es Tao.

Sing

Espíritu primordial.

Qi

Aliento vital; el aire que respiramos; lo ligero, lo que se eleva; aquello que une todas las cosas. "Un hilo de seda que ensarta absolutamente todas las cosas. la energía interna".

Séptuple fila de árboles

"Significa la luz de las siete aberturas del cuerpo (o aberturas del corazón). En el noroeste está la dirección de lo Creativo. Cuando se mueve un lugar más, está ahí lo Abismal. El Sol que se hunde en la gran agua es la imagen de lo Creativo y Abismal".

Soberano

"Cuando el espíritu primordial logra fortificar y preservar el castillo primordial, es como un soberano vigoroso y sabio que se sienta en el trono".

Según L.Xy., zhi ming significa "transmitir fielmente las órdenes del soberano"; pero siguiendo el comentario de Cheng shu...se ha traducido por "tenerse dentro de los términos del Cielo" (Zhuang zI).

Sol

"Se describe un espacio entre ambos ojos como lugar donde concentrar los pensamientos y como lugar donde vive el espíritu primordial y el brillo de la Luz, también lo define como un espacio vacío. Lo compara con el brillo del sol"
Alegoría de la Luz: "…en la remota antigüedad habría alumbrado a todos los seres"(Zhuang zi).

"El Sol se hunde en la gran agua y surgen mágicas imágenes de árboles en filas." El ocaso del Sol significa que el cimiento es puesto en el caos (el mundo antes de la manifestación, el mundo inteligible): éste es el estado libre de polos" (Wu Gi).

Ver interno

Conocer (Kungtsé), vista del corazón (Sakya) Ver interno (Lao Tsé). Diferentes nombres que significan lo mismo.

Bibliografía consultada

- **Bauer, Wolfgang,** *Historia de la filosofía china.* Heder, 2006.
- **Cheng, François,** *Vacío y plenitud.* Biblioteca de Ensayo. Siruela, 1993.
- **Chuang Tse,** *Los diálogos de Chuang Tse.* José J. de Olañeta editor, 2005.
- **C.G.Jung-R.Wilhelm,** *El Secreto de la Flor de Oro.* Paidós, Barcelona, 1977.
- **Despeux, Catherine,** *Taoísmo y alquimia femenina. Inmortales de la China antigua.* La liebre de Marzo, 2003.
- **Eliade, Mircea,** *Alquimia asiática.* Paidós Orientalia, 1992. (1ª ed., Éditions de l'Herme, Paris 1978).
- **Eliade, Mircea,** *Herreros y alquimistas.* Alianza Editorial, Madrid 2009 (1ª ed., Flammarion, Paris, 1956).

- **Eliade, Mircea,** *Historia de las ideas y las creencias religiosas. Tomo II. Las religiones de la antigua China.* Paidós, México, 1999.
- **Eliade, Mircea,** *Patañjali y el Yoga.* Paidós Ibérica, 1984.
- **Eliade, Mircea,** *El Yoga. Inmortalidad y libertad.* FCE, México, 1991 (1ª ed. 1972).
- **Eliade, Mircea,** *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis.* FCE, México, 2013 (1ª ed. 1951).
- **Eliade, Mircea,** *El sagrat i el profà.* Fragmenta editorial, 2012.
- **Eliade, Mircea,** *Erotismo místico en la India.* Kairós, 2001.
- *El Tao del amor el sexo y la larga vida. Textos clásicos de sexualidad en la China antigua.* Dilema editorial, 2003.
- **Fadón Salazar, Paloma,** *Breve historia de la Pintura China.* Colección de estudios asiáticos. Editorial Comares, 2006.

- **Grison, Pierre,** *Tratado de la Flor de Oro del Uno Supremo.* Jose J. de Olañeta, Editor, 2008.
- **Herrigen, Eugen,** *Zen en el arte del tiro con arco,* kien editorial, 1979.
- **Holstein, Alexander** (recopilador), *100 koans del budismo chan.* Edaf 2013.
- **Huang-po.** *Enseñanzas sobre la mente única.* Miraguano ediciones, 2002.
- **Jordi Vilà i Oliveras; Albert Galvany,** *YIJING. El libro de los cambios.* Con el comentario de Wang Bi. Atalanta, 2006.
- **Jordi Vilà Oliveras,** *Introducción a la Alquimia Interior según el taoísmo.* Revista ARSGRAVIS n. 3, 2011. http://www.arsgravis.com/?p=242
- **Kakuzo, Okakura,** *El llibre del te.* Jose J. de Olañeta, Editor, 2001.
- **Lao Tse,** *Tao Te King.* Editorial Sirio. 2004.
- **Lao Tse,** *When-Tzu. La Comprensión de los misterios del Tao. (Versión de Thomas Clearly),* Arca de sabiduría. Editorial EDAF,1994.

- **Liu Hua-Yang,** *Cultivar la energía de la vida. El tratado de Hui-Ming Ching.* Traducido por Eva Wong de la traducción francesa de Jean François Morel. Traducido al castellano por Ismael Berroeta, 2009.
- **Lie Zi,** *El libro de la perfecta vacuidad.* Kairós 2010 (1ª ed. 1987).
- **Needam Joseph,** *Science and Civilization in China*. Cambridge University Press, 1965.
- **Maillard Chantal,** *La sabiduría como estética. China: confucianismo, taoísmo y budismo*. Akal 2000-2008.
- **Marnier, Simone,** *Tigre blanco dragón verde. Sobre la vía tántrica del cultivo dual.* Ediciones La llave D.H. 2007.
- **Maspero, Henri,** *El taoísmo y las religiones chinas.* Trotta, 2000. (1ª ed., Éditions Gallimard,1971).
- **Preciado, Iñaqui,** *Lie Zi, El libro de la perfecta vacuidad.* Kairós 2010 (1ªed. 1987).

- **Qiroga, Angel,** *La Flor del Tao, El carro de madera,* 2002 (1ª ed. 1962).
- **Racionero, Luis,** *Oriente y Occidente. Compactos, Anagrama,* 2001 (1ª ed. 1993).
- **Racionero, Luis,** *Textos de estética taoísta. Alianza ed.* 2008 (1ª ed. 1993).
- **Robinet, Isabelle,** *Lao zi y el Tao.* José J. de Olañeta, 1999. (1ª ed., Bayard-Éditions,Paris1996).
- **Schipper, Kristofer,** *El cuerpo taoísta*. Paidós Ibérica, 2003 (1ª ed., 1993 Librairie Arthéme Fayard, 1993).
- **Silo,** *Apuntes de Psicología.* Ulrica ediciones, Rosario, Argentina, 2006. www.silo.net
- **Silo,** *Las 4 Disciplinas.* http://www.parquepuntadevacas.net/prod.php
- **Silo,** *Obras Completas.* Ed. Plaza y Valdés. Buenos Aires, 2004. www.silo.net
- **Silo,** *Cuadernos de escuela.* Inédito.
- **Shizuteru Ueda,** *Zen y filosofía.* Herder, 2009
- **Tao Te King,** Ricardo Aguilera editor. Madrid, 1972.
- **Toshihikó Izutsu,** Sufismo y taoísmo, Vol. II**,** *Ediciones Siruela, 1997 (1ª ed. 1987)***.**
- **Thomas Clearly,** *El Secreto de la Flor de Oro.* EDAF. Buenos Aires, 1995.
- **Van doren, H,** *Cuadernos de escuela. Inédito.*
- **Wong, Eva,** *Lie Tse. Una guía taoísta sobre el arte de vivir.* Edaf, 2005.
- **Wong, Eva,** *Cuentos de los inmortales taoístas: sabios, magos, adivinos y alquimistas.* Paidós Ibérica, 2005.
- **Zhuang Zi Maestro Chuang Tsé,** Traducción y notas a cargo de Iñaki Preciado Idoeta. Kairós. Barcelona, 2007 (1ª ed., 1996).

Monografías referentes al tema de estudio de Parques de Estudio y Reflexión

- **Caprara Paulo,** *Antecedentes de la Disciplina Mental en el Lejano Oriente: El Budismo Zen.* Parques de Estudio y Reflexión Toledo. 2016.

http://www.parclabelleidee.fr/docs/productions/budismo%20Zen_PauloCaprara_def.pdf

- **Ergas, Rosita,** *Aportes en relación al Centro de Gravedad y el Tao.* Parques de Estudio y Reflexión Los Manantiales. 2015. http://www.parquemanantiales.org/wp-content/uploads/Tao-y-Centro-de-Gravedad-1.pdf
- **Espinosa, Juan,** *Eihei Dôgen, La entrada en la vía mental en Japón.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Toledo. 2012.
- **García, Fernando,** *Terminología de Escuela. Encuadre y vocabulario.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de vacas. 2012 http://parclabelleidee.fr/docs/productions/terminologiadeescuela.pdf
- **Granella, Francisco,** *Raíces de la Disciplina Energética. India y contrafuertes del Himalaya.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. 2005.http://www.parquepuntadevacas.net/Producciones/Francisco_Granella/Raices_disciplina_energetica_asiaticas_esp.pdf.
- **Gozalo, Eduardo,** *Antecedentes de la disciplina material en la Antigua China.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2015. http://www.parquepuntadevacas.net/Producciones/Eduardo_Gozalo/Displina_Material_en_la_Antigua_China_EG.pdf
- **John, Madeleine,** *La hierogamia en Sumeria.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de vacas, 2010. http://www.parcodena.org/prod/docs/La_Hierogamia_en_Sumeria.pdf
- **Koryzma, Andrés,** *Comentarios de Silo sobre el alma o doble y el espíritu.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de vacas. 2012. http://parclabelleidee.fr/docs/productions/almadobleespirituesp.pdf
- **Novotni, Hugo,** *La entrada a lo profundo en Lao Tsé.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Carcarañá. www.parquecarcarana.org/web/producciones-de-escuela

- **Rohn, Karen,** *Antecedentes de las raíces de la Disciplina Energética y Ascesis en el Occidente Asia menor, Creta e Islas Egeas.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. 2008. http://www.parcodena.org/prod/docs/Estudio_e_Investigacion_de_Campo_Asia_Menor_Creta_Islas_Egeas_KRohn.pdf
- **Rohn, Karen,** *Las raíces energéticas en la experiencia profunda en el sur de la India.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. 2002. http://www.parquepuntadevacas.net/Producciones/Karen_Rohn/investigacion_de_campo_raicesenergeticos_surdeindia_krohn.pdf
- **Salazar, Alejandra,** *La experiencia de vacío y su relación con Dios.* Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión Montecillo. 2016. https://drive.google.com/file/d/0B7wSL7lkJbEXaUZmVGJ5VGYwbDA/view